巅峰摄影：
完美人像这样拍

[美] 珍妮·比德纳 著
张靖峻 译

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

http://geshengyijiu.ctdisk.com

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

巅峰摄影：
完美人像这样拍

掌握这些知识和技巧，让你的照片更精彩

人像是人们最热衷的摄影主题之一。本书通过轻松易懂的讲解向读者展示了如何去拍好人像，如何更好地布光和构图，并获得理想效果。

本书循序渐进地讲解了人像摄影中的基础知识、构图和用光的技巧、闪光灯的应用、不同风格与造型人像的拍摄方法，以及实用的图像后期处理知识。

Kodak Books

封面设计：董福彬

分类建议：艺术／摄影
人民邮电出版社网址：www.ptpress.com.cn

ISBN 978-7-115-22073-8

ISBN 978-7-115-22073-8
定价：35.00 元

http://geshengyijiu.ctdisk.com

巅峰摄影：完美人像这样拍

[美] 珍妮·比德纳 著
张靖峻 译

人民邮电出版社
北京

http://geshengyijiu.ctdisk.com

图书在版编目（C I P）数据

完美人像这样拍 / （美）比德纳著 ； 张靖峻译. --
北京 ： 人民邮电出版社，2010.6
（巅峰摄影）
ISBN 978-7-115-22073-8

Ⅰ. ①完… Ⅱ. ①比… ②张… Ⅲ. ①人像摄影－摄
影艺术 Ⅳ. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第069956号

内 容 提 要

人像摄影是人们所热衷的摄影主题。本书作者通过轻松易懂的讲解向读者展示了如何去拍好人像，如何更好地操控相机去布光和构图，并获得理想效果。全书共分为9个部分，介绍了数码摄影基础知识、人像摄影基础知识、构图、用光、曝光、人像风格与造型、数码单反相机的使用技巧，以及图像后期处理的相关知识。

本书由资深摄影师撰写，书中不仅介绍了很多作者的宝贵经验，而且还附有大量示例图片来加以说明，让读者更容易理解，充分掌握人像摄影的精髓。本书图文并茂，适合摄影爱好者阅读参考。

巅峰摄影：完美人像这样拍

◆ 著　[美]珍妮·比德纳
译　张靖峻
责任编辑　李　际
执行编辑　赵　轩

◆ 人民邮电出版社出版发行　北京市崇文区夕照寺街14号
邮编　100061　电子函件　315@ptpress.com.cn
网址　http://www.ptpress.com.cn
北京画中画印刷有限公司印刷

◆ 开本：787×1092　1/16
印张：7.5
字数：148千字　2010年6月第1版
印数：1－4 000册　2010年6月北京第1次印刷

著作权合同登记号　图字：01-2009-7674号

ISBN 978-7-115-22073-8

定价：35.00元

读者服务热线：(010)67132705　印装质量热线：(010)67129223
反盗版热线：(010)67171154

http://geshengyijiu.ctdisk.com

版权声明

Capture the Portrait: How to Create Great Digital Photos
ISBN:9781600592690
© 2009 Jenni Bidner

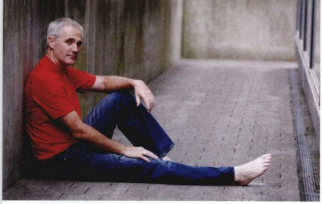
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced,stored in a retrieval system,or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, by photocopying, recording or otherwise,without the prior permission in writing from **STERLING PUBLISHING CO.,INC.**CHINESE SIMPLIFIED language edition published by POSTS & TELECOMMUNICATIONS PRESS Copyright © 2010.

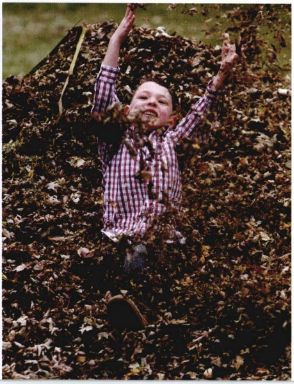
本书简体中文版由Sterling Publishing 出版公司授权人民邮电出版社出版。
未经出版者书面许可，不得以任何方式复制或抄袭本书内容。
版权所有，侵权必究。
© 2009 Jenni Bidner
© 2008，以下照片版权归Jenni Bidner所有：
第6页下图，第17页右图，第36页，第54页左下图，第56，65页下图，第80页右上图，第83页左上图，第87页左下图，第93，94页上图，第104页除右中图以外的图，第105页左图，第111页右图，第113页右下，第117页左下图，封底上图，左图，封底勒口图。
© 以下照片版权归Janet Anagnos所有
第104页右中图
© 以下照片版权归Robert Ganz所有
封面图，封面左侧图

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com





第一章 摄影基础 15

卡片数码相机与数码单反相机 15
如何端相机 16
焦距 18
对焦能力 19
近距离摄影 20
拍摄模式 21
分辨率 22
文件格式与图像质量 23
感光度 23
白平衡 24

第二章 人像摄影基础 27

竖构图 27
背景 28
眼平原则 29
打破眼平原则 30
到底要多低？ 30
相机何时朝下 32
相机何时朝上 35
镜头与机位 36
变焦 38
让内容充满画面 39
大小关系 43

第三章 人像摄影的构图 45

三等分构图法 45
向内？向外？ 47
地平线 49
有意倾斜画面 49
其他类型的画面线条 50
控制背景 51
不仅仅是背景 52
什么是优秀的画面背景？ 53
框架式构图 54
阴影 55

第四章 人像摄影的用光 57

软光与硬光 57
减少阴影 59
光斑 60
光线颜色 61

本书来源于网络，整理转载于《百味书屋》(http://geshengyijiu.ctdisk.com)，仅用于分享知识，学习和交流，请勿用于商业用途。

光线方向 62
面光 63
45° 斜侧光 63
侧光，面对相机 64
侧光，面对光源 64
侧逆光 64
逆光 64
逆光补光 64
底光 64
在室外使用阳光拍摄 65

第五章 闪光灯人像摄影 67

平方反比原则 68
使用小数码上的闪光灯进行拍摄 68
神奇的补光模式 69
反光板 70
强制闪光模式 70
夜景闪光模式 71
闪光与运动 72
什么时候需要使用闪光模式 73
高级小数码相机上的闪光模式 73
数码单反相机与闪光灯 74
数码单反相机上的闪光灯与模式选择 74
内置闪光灯 74
外接闪光灯 75
外接闪光灯的局限 76

第六章 人像摄影的风格 79

抓拍 79
生活写真 82
摆拍 83
躲猫猫 85
笑脸与苦脸 86
道具 86
布景 87
打破成规 88
拍摄婴幼儿的一些技巧 90
蹲下来 90
使用最为柔和的光线 90
打破眼平原则 90
背景选择 90
尺寸对比 91
对世界的好奇 91
使用曝光补偿 91

第七章 人物造型 93

躯干造型 93
手部造型 95
手持道具的造型 96
双人照造型 97
眼神交流 98
眼神方向 98
身高不均 100
合影 101
与宠物合影 104
蹲下来 104
抱起来 104
近一些 104
快一点 105
一堆宠物！ 105
动物的喜好 105
单独拍摄宠物 105

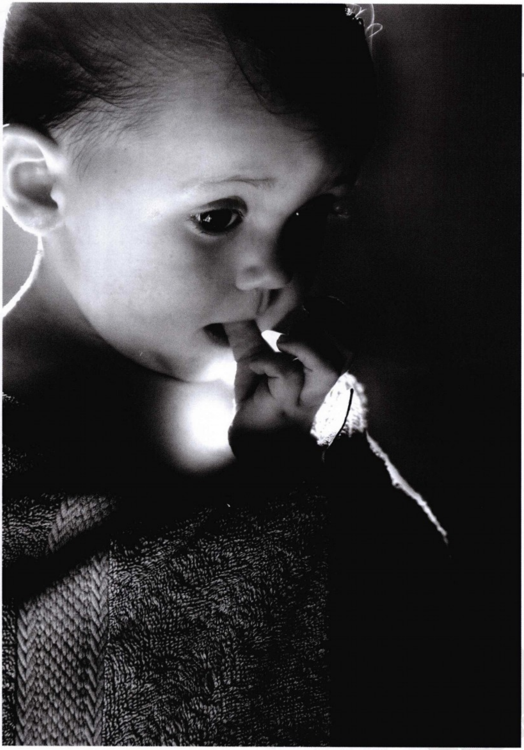
第八章 数码单反相机的使用技巧 107

镜头 107
其他附加设备 109
手动对焦 109
曝光控制 110
光圈优先模式（A模式或Av模式） 110
快门优先模式（S模式或Tv模式） 112
曝光补偿 112
手动模式（M模式） 113

第九章 图像处理软件 115

裁剪 115
自动调整工具 116
亮度/对比度 116
减淡与加深 117
修片 117
添加文字 117
移除红眼 118
锐化——最易被滥用的工具 118
色彩校正 118
风格模式 119
增加颜色或消去颜色 119
柔焦与虚焦 120
合成与创意 120

http://geshengyijiu.ctdisk.com



http://geshengyijiu.ctdisk.com

在读本书前，我们先想一下……

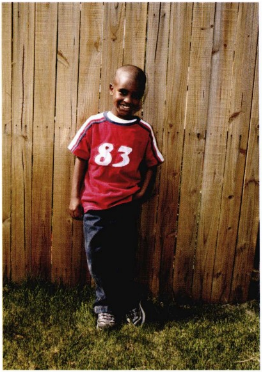
什么是人像摄影？

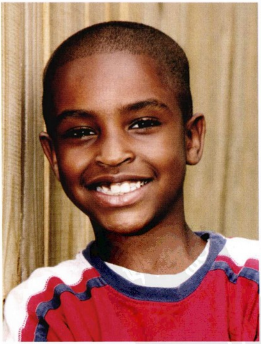
在讨论如何拍摄人像作品以前，我想首先讨论一个老生常谈的话题：“什么是人像摄影？”回首数世纪来画家们的肖像画，以及摄影师们在摄影问世后所做的尝试，我想这个问题并不难回答。

经典人像摄影指的是：一个人或者一群人摆出固定姿势直视镜头拍下的照片。尽管在过去，也有一些勇敢的摄影师试图打破成规，让主体的目光注视窗外或其他位置。但大体说来，这些金科玉律还是一直传承下来，并为人所遵循。

时至今日，人像摄影已经没有这么多条条框框。现代的照相机几乎允许摄影师在任何条件下拍摄。装上防水罩，即使是在水下拍摄也不在话下。无论被摄者是走是跳，是近是远，摄影师都可以从各个角度自由地拍摄。

所以我觉得，现代人像摄影其实是用任意形式的照片去反映一个人或者一群人的特质。接下来所列举的内容基本涵盖了现代人像摄影的常见类型。但在拍摄人像的时候，一定不要被这些类型所束缚。人像摄影并非画地为牢，如果你这么做，那你所失去的正是人像摄影中最有挑战也是最有魅力的部分。





尽管已经不像过去那样随处可见，但是经典人像摄影在今天也同样不乏市场。经典人像摄影作品既可以是全身照，同样也可以是大头照。

本书来源于网络，整理转载于《百味书屋》(http://geshengyijiu.ctdisk.com)，仅用于分享知识，学习和交流，请勿用于商业用途。

经典人像

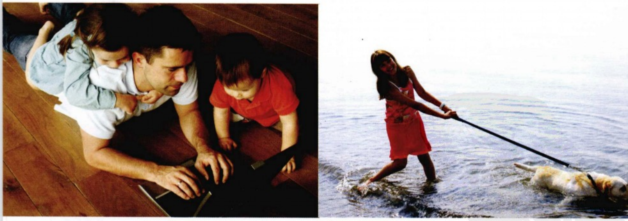
所谓经典人像，就是我们在前面谈到的那些内容，一个人站在镜头前，一动也不动地望着镜头。当然，这样做另一方面也是受限于当时的技术条件。早期肖像画动辄耗时数日，画上几个礼拜也不稀奇。摄影技术诞生初期，曝光时间也同样长达数十秒，甚至数分钟之多。因此在拍摄时还需要特别设计的椅子或站架，帮助被摄者在整个拍摄过程中保持固定姿势不变。这就是为什么以前的肖像摄影作品，人物面部表情通常略有模糊，特别是小孩或是动物的照片，因为他们才不会管什么动不动的规矩呢。

生活写真

生活写真与经典人像摄影相去甚远，仅仅是对个人生活片段的一个简单记录，但却是我最爱的一类人像摄影。优秀的生活写真可以比传统的齐肩照、大头照传递更多信息。生活写真看似拍摄于不经意间，但却反映了人与人，或者人与世界之间的关系。第六章详细讨论了生活写真的拍摄。

到此一游照

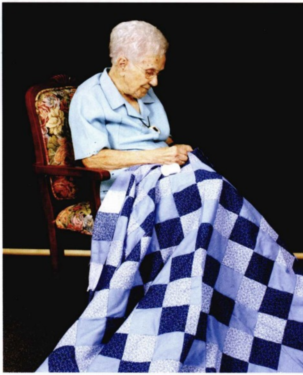
随着照相机越做越小，人像摄影也就不再局限于影棚的狭小范围之内。感光技术的提升也使得我们在拍摄照片时无需携带笨重的三脚架。



与经典人像摄影作品相比，生活写真可以透露被摄对象更多的信息。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

毫无疑问，当这位女士在未来的某一天看到这张照片时，一定会回想起关于这段海边旅程中发生的很多故事。



在拍摄时，往后退一步可以记录下关于被摄对象的更多环境细节。这些细节内容可以向观众透露很多关于画面人物的背景与故事。

这类技术进步使得我所说的这类“在此一游”照得以实现。这类照片的背景无论是烟波画船，还是名胜古迹，都与主体人物享有同等重要的地位。自己或自己的旅伴的出现，使得这类照片的意义远胜过了一张普普通通的风光照片。

环境人像

从某种意义上来说，环境人像也可以算作一种到此一游的照片。不过环境人像更多的是表现人物的家庭或工作环境，以背景作为反映人物特性的线索，在画面中加入更多叙事性的视觉元素，让人们对照片中的人物产生更多了解。

这张缝衣服老奶奶的照片就是一幅典型的环境人像。她身下那张古朴的座椅，恰如其分地烘托出其传统手工艺技术。照片中的被子扇形铺陈，每个细节都在向我们诉说老奶奶的手工艺之精美。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

当我们同时看到这两张照片的时候，我们能够体会到的内容远远超过我们单独看到这两张照片时所能体会的。这两张照片既可以装在同一个相框中，也可以打印在一张相纸上。

另类人像

还有一类人像摄影与上面所有类别都有所不同，我称其为另类人像。另类人像摄影作品中可能不会出现人物的脸，甚至还可能完全不包含人物。我看过一些成功的“肖像作品”，拍摄对象其实是对被摄者有着重要意义的一些物品。

尽管照片中只有两只手，但是我们却可以从这张牵手的照片中读出很多母女情感。这能够算作一张人像摄影作品吗？我想是可以的。如果与她们的一张传统人像作品放在一起展示，可以起到1+1>2的效果。

在大部分人的观点中，人像摄影必须包含人的双眼。但是反其道而行之，同样可以带来很多乐趣。想一想，如果不能让双眼出现在画面中，那么应该怎样拍摄才能反映一个人的特点呢？如果你拍摄一些类似的照片，也许会发现自己的相册很快就变得充满活力。

这双手与瓷器的合影可以算作一张陶艺工人的肖像照吗？尽管我们看不到他的脸，但是我们已经可以从这双手中读到很多关于他的内容。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

在光线的勾勒下，这张妈妈与她腹中婴儿的另类合影照片，充满了对未来的向往的感觉。

其他类型的人像摄影

在后续章节中，我还会谈到其他类型的人像摄影及拍摄技巧，包括动态人像摄影、布景人像摄影、夜景人像。当然，还有自拍。尽管不是所有的人都喜欢自拍，但是我并不这样觉得。即使你不喜欢，但是我想那些爱你的人们，一定会喜欢看到你的自拍照片。

当我们翻看相册时，农具之类小道具出现在照片中，总是更能触发我们的回忆。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

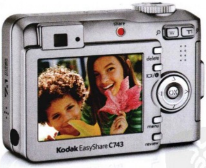
第一章 摄影基础

1

无论是刚刚接触数码摄影，还是为了提高自己的数码摄影水平，在开始前都需要掌握一些基本的相机操作与摄影原理。这也是成为优秀人像摄影师的基础。不用担心，这类知识并不难掌握。在继续往下讨论相关知识前，首先让我们来看看可供人像拍摄使用的不同种类的相机。

卡片数码相机与数码单反相机

尽管各家相机厂商旗下都有很多不同系列和型号的数码相机产品可供选择，但大体来说，这些相机可以分为两个主要类别：卡片数码相机和数码单反相机。虽然有些厂家把带电子取景器的数码相机归为准专业相机，但实质上他们依旧属于前者。卡片机轻巧便携，为大多数人熟悉并喜爱。数码单反体积庞大，价格也更高，但发烧友或专业摄影师对其情有独钟。



小数码相机和数码单反相机同样可以拍摄出优秀的人像摄影作品。小数码相机的优势在于价格便宜，轻便易用；数码单反相机的强大之处则在于其丰富的功能。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

随着技术进步，两者之间的界限也变得越来越模糊。有些高端小数码相机也开始提供过去只属于数码单反相机的高级功能；而数码单反相机家族中也出现了轻便小巧、易于使用的型号，外观与小数码相机看来也没有太大区别。

本书中提到的具体操作功能并非针对所有相机都适用。例如，高级人像摄影时常见的光圈控制功能，只有数码单反和部分高端卡片机上可以提供。所以在阅读本书前，可以首先翻阅自己手中相机的说明书，以确定相机是否可以应用这些操作。

如何端相机

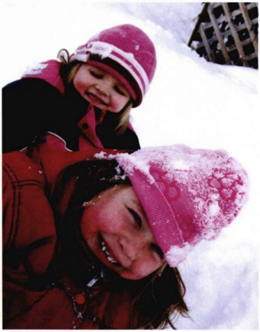
拍照时最需要的注意的事情之一就是把相机端稳。拍照时的机身抖动，会使拍出的照片变得模糊。即使对于带防抖功能的相机来说也不例外。使用取景器取景拍摄时，可以遵循下述技巧保证拍摄时相机最大程度的稳定。右手握住相机手柄，食指放在快门按钮上。左手托住相机机身，或相机镜头。两手手肘内收，倚靠躯干提供稳定支持。双脚略微分开，一前一后，稳固下盘。

使用卡片数码相机拍照时，很少有人使用取景器取景拍摄。相机背后液晶屏上的显示内容和相机镜头看到的内容完全一致，这是一个很大的进步。由于取景器和镜头之间的视差，胶片相机年代，照片里缺胳膊少腿并不是件什么很奇怪的事情。有些卡片数码相机还提供了可翻转的液晶取景屏，可以让拍摄方式更加灵活。无论是将相机举过头顶还是垂至膝下，都可以看到液晶屏上显示的画面。

使用相机时尽管放开手脚去做。把相机端得更远，或者举到某个意想不到的角度，往往能够可以记录下一些奇妙的瞬间。

我强烈建议大家在拍摄时尽可能尝试更多拍摄动作，而不必始终将相机规规矩矩地端在眼前。从背后或者别的什么意想不到的角度，也许都可以获得意想不到的好效果。使用这样的拍摄角度，自然再没有办法蹲马步、扎架子，但是依旧应该牢记保持相机的稳定。如果你的拍摄对象是小孩或者宠物——比较容易害羞，或者是不乐于合作，把相机移开，保证大家面对面的接触可以得到更好的拍摄效果。我们在后面章节中还会继续谈到这些细节。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



这幅竖构图的照片是把相机放在腰间拍摄的，你看两位小女孩玩雪的样子多开心啊。

注意：除了个别新款型号之外，大部分数码单反相机都不能使用液晶屏取景，不过单反相机取景器中看到的内容和拍摄结果相差并不大。在拍摄完后，可以使用液晶屏查看拍摄结果。

当然，如果被摄者本身是移动的，那又另当别论。这种情况下，我们需要跟随被摄者的移动，以相同速度移动相机。

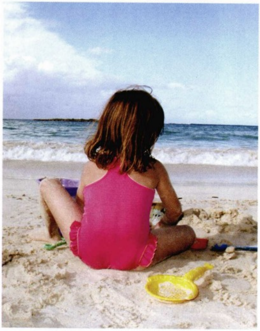
移摄法成功的关键在于紧紧跟随被摄者的动作，移动时不要突然停下来。即使是按下快门以后，依旧跟随被摄者的动作继续运动一段距离。

移摄法

在被摄者移动的情况下，移动相机拍摄才会获得最好的拍摄结果。拍摄时，首先通过取景器或液晶屏追随被摄者一同移动，然后寻找适当时机按下快门，并保持这一运动速度移动一段距离。这样的拍摄方法又被称作追焦法。时机把握越好，拍摄就越顺利，得到的最终照片也就越好。为了保持拍摄过程中的顺畅稳定，最好是扭动躯干，而不是移动手臂。

移摄法的拍摄原理是怎样的呢？如果在拍摄时始终保证被摄者处于取景器中心位置，那么也就意味着被摄者相对相机静止，在感光元件上位置不发生改变。使用这一拍摄技巧，可以保证在拍摄运动对象时，依旧可以得到清晰的影像。特别是物体运动轨迹与感光面平行时，移摄法的效果就更好，例如说从左到右的运动物体。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



使用广角镜头拍摄，可以记录下更多的环境内容，让观众看到小女孩身处的海滩以及近处的玩具。而使用长焦镜头则让小女孩在画面中变得更大，她堆沙的游戏状态则成为画面的主题。

焦距

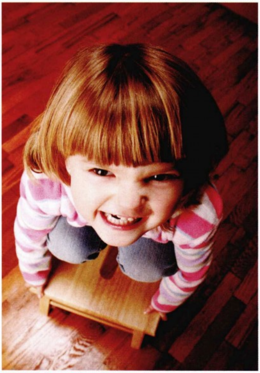
大部分卡片数码相机都安装了一枚变焦镜头，可以在广角端（W）与望远端（T）之间变换。广角端可以囊括更多面前的景物，但是景物会比实际看到的小。望远端起到的作用则刚好相反。望远镜头可以放大看到的景物，效果类似于使用望远镜。

对于使用数码单反相机的读者而言，可供他们使用的镜头则丰富得多，有数不胜数的广角镜头、标准镜头与长焦镜头，甚至还有一些变焦镜头可以涵盖所有常见镜头焦段。镜头焦距或镜头焦段决定了镜头是广角或是长焦。广角镜头或变焦镜头的广角端其焦距非常小，甚至可以达到12~18mm。而长焦镜头的焦距则要大得多，可以达到100mm，甚至200mm。数字越极端，其所能达到的视觉效果也就越明显。

第二章将会更进一步讨论焦距选择对于人像拍摄的影响。简而言之，使用不同焦距镜头拍摄，得到的视觉效果与心理感受，也大不相同。

使用数码相机拍摄必须要注意相机上的数码变焦设置。有些相机在光学变焦之外还提供了数码变焦以“增强”其变焦能力。而实际上数码变焦会严重损伤照片质量，光学变焦则不会。因此最好关闭相机的数码变焦功能，拍摄时仅使用光学变焦。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



使用广角镜头在近距离拍摄会带来画面变形的效果。详见第二章。

对焦能力

对于大部分数码相机而言，对焦能力已经不再是一个值得关心的问题。所有数码相机都能游刃有余地处理日常拍摄时的对焦问题。就算真出现对焦问题，回放时也很容易在液晶屏上发现。

不过在本书中您将要面对很多特殊的拍摄状况，这都不是在日常拍摄时常遇见的。有时候，我们的拍摄对象会偏离画面中心，甚至我们还会拍摄移动的对象。这都会对相机对焦能力构成挑战。

翻阅说明书，看看相机是仅支持中心对焦，还是支持多点对焦。如果答案是前者，那么拍摄偏离画面中心的对象时，就必须锁定对焦点。如果是后者，在大部分拍摄情况下表现得更好，但也不免有些时候还是需要锁定对焦点。

对焦点锁定

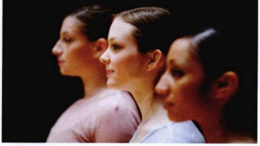
有的相机在拍摄时，只能对画面中心进行对焦。如果被摄物体始终处于画面中心，这当然不是什么问题。

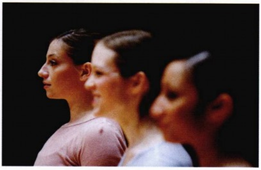
如果你发现偏离画面中心的主体人物模糊，而前景背景清晰，那就需要锁定对焦点来应对这一情况的发生。对于大部分相机，操作方式如下所示。

1. 将被摄对象放在画面中心。
2. 半按快门对焦，并保持快门半按状态不变以锁定对焦点。
3. 保持快门半按，移动相机位置重新构图。
4. 完全按下快门按钮，拍摄照片。

尽管听起来很复杂。不过多试几次，你就会发现其实挺容易的。

http://geshengyijiu.ctdisk.com





上面一张照片中，相机的中间点自动对焦系统将焦点放在了中间一位女孩身上。拍摄下面一张照片时，摄影师使用对焦锁定功能将焦点固定在最后一位女孩身上，然后移动相机重新构图拍摄。

大多数码单反相机允许摄影师自行控制相机对焦点。在这张照片中，相机的对焦点没有设置在近处的棋子上，而是在小棋手的双眼外。

有些数码相机还提供了手动对焦功能，以单反相机居多。对于拍摄主体偏离画面中心，或是前景复杂容易影响自动对焦系统工作的照片来说，手动对焦是一个更好的选择。

离被摄对象近一些，往往可以得到很好的人像摄影作品。

近距离摄影

在本书中的某些章节会鼓励大家尽可能接近被摄对象拍摄。但是要注意，如果和被摄对象靠得太近，超过了镜头允许的最近对焦距离，那么最终只能得到一张跑焦的照片。大部分小数码在常规模式下，最近对焦距离为30至40cm（厘米）。开启微距模式后，最近对焦距离可以缩短到几厘米，大部分小数码使用花朵符号标示微距模式。数码单反相机的最近对焦距离则取决于所使用的镜头。有的镜头最近对焦距离可能超过一米，而有些专为近距离拍摄而设计的镜头最近对焦距离则可能非常的小，这类镜头又被称为微距镜头。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

拍摄模式

有些高端数码相机可以根据拍摄类型选择不同的拍摄与曝光模式。自动曝光模式（Auto模式）和程序曝光模式（P模式）是大部分相机都具备的两种拍摄模式，它们都可以在常规拍摄时得到不错的拍摄结果：自动模式通常使用绿色的矩形框或相机符号标示，由相机自动选择所有拍摄设置；程序曝光模式则可以让摄影师调整部分设置。

如果你的相机提供人像模式，那么你会发现在这类模式下拍摄时相机会尽量虚化背景，得到不错的拍摄结果。尽管人像拍摄模式尽量尝试达到数码单反相机上光圈优先模式所能达到的效果，但实际拍摄结果却不能与之媲美。

相机上还有很多其他的拍摄模式，不过这些拍摄模式与人像拍摄的关系并不大。大部分风光摄影师都希望自己的照片从前景到背景都很清晰，风景模式正是为了实现这一目的而设计。对于人像摄影师而言，在拍摄到此一游照片时，这也是不错的选择。

运动模式或动态模式会在给定感光度设置下，使用所能达到的最高快门速度进行拍摄。有时候这与人像模式达到的效果恰有异曲同工之妙。所以，如果你手中的相机没有人像模式，但又碰巧有运动或动态模式，那么在拍照时不妨一试。

拍摄对象不一定非要老老实实地站着不动。如果光线条件良好，在运动模式下，相机同样可以凭借高快门速度将被摄对象的动态凝固。

微距模式主要用于拍摄近距离的微小物品。如果你想要拍摄一些艺术化的人体局部，而在对焦时又碰到一些问题，那么不妨试试这一模式。

光圈优先模式和快门优先模式允许摄影师自行设置光圈或快门参数。这类高级模式可以提供更好的景深控制与动态控制，我们将在第八章中对其进行详细介绍。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

分辨率

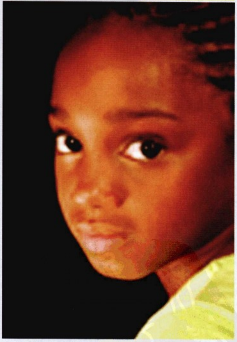
分辨率是一个十分重要的概念。所有的数码照片都由细小的像素构成，像素的多少则决定了照片分辨率的大小。照片中的像素越多，画面细节也就越丰富，画质也就越高。

高分辨率自然非常有用，但是什么样的分辨率才算高呢？对于大部分摄影师来说400万至800万像素分辨率基本上就可以满足他们的需求了，达到这个分辨率的数码文件，即使用来输出照片，效果也十分不错。不过对于专业摄影师来说，他们的要求远不止于此。

大部分相机都可以将文件保存为几种不同的分辨率，设置为最高分辨率与最高画质时得到的照片是相机所能达到的最好效果。这样的数码文件即使用来输出很大尺寸的照片，依旧可以得到非常好的效果。如果将分辨率和画质设置得较低，那么就没办法将照片放得很大，而且照片质量也会受到很大的负面影响。

使用较低分辨率与较低画质拍摄的唯一优点就是可以在相同大小的存储卡上，保存更多的照片。高分辨率图像占用的存储空间要大很多。

我个人建议大家将分辨率一直放在最高设置上，因为有时候也许一张不经意拍下的照片，会成为你生命中的最爱。如果你害怕存储卡空间不够，那么就多买几张额外的存储卡。与几年前相比，现在的存储卡价格相当平易近人，所以多准备一两张存储卡是一个很好的主意。



高分辨率影像文件比低分辨率影像文件包含更多细节，因此可以输出为更大尺寸的照片。下方的照片因为原始文件分辨率不足，显得十分模糊。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

文件格式与图像质量

数码相机可以将文件保存为若干不同格式。JPEG是数码相机上的主流文件格式，一些高端数码相机还可以支持RAW文件格式。如果将文件保存为RAW格式，那么相机不会对其进行任何内部处理。你可以在自己的电脑上读取文件，然后对原始数据进行随心所欲的大幅度调整。RAW文件尺寸较大，至少包含12位色彩信息。

相较RAW文件，JPEG文件尺寸则要小得多，这是一种标准压缩图像文件格式，只包含8位色彩信息。在相机上可以设置文件的压缩质量，不同相机生产厂家对于压缩质量的叫法也不一样，有的叫优秀、普通、基本，有的叫优秀、良、好。JPEG文件的压缩比越高，文件尺寸越小，相同大小存储卡上可以保存的文件越多，但画质也会相应的变得差一些。

感光度

也许你在以前使用过胶片相机，那么你一定知道感光度（在相机上通常表示为ISO）的概念，这个概念依旧延续到了数码时代。数码相机上的感光度被称为等效感光度，但通常被简称为感光度。和胶片摄影的年代一样，我们依旧可以用这个值来衡量数码相机在光线微弱环境下的拍摄能力。

感光度设置越高，相机在微弱光线环境下的表现也就越好。但是要记住一点，

在光线允许的情况下，尽可能使用较低的感光度设置。这幅照片在拍摄时使用车头灯照明，感光度设置为100即可满足拍摄需要。

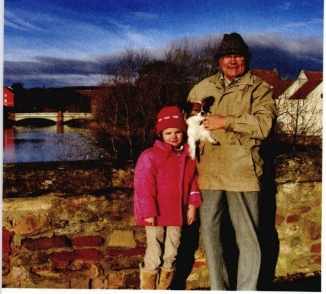
在微弱光线环境下，数码相机的表现同样毫不含糊。在图中这类拍摄环境中，不妨使用800或1600的感光度设置。

就和高感光度胶卷一样，数码相机感光度提升后，在噪点、反差、色彩等各方面都会受到不同程度的负面影响。

随着光线进一步变弱，相机的快门时间也会逐步拉长，很难继续捕捉动态画面。与此同时，光圈也要相应开大，因此景深也逐步缩小，很难保证前景与背景的一致清晰。我们将在第八章中继续讨论快门与光圈的相关知识。下表可以帮助你确定在不同场合下如何设置相机的感光度。

场合	感光度设置
大部分户外人像拍摄场合	使用自动感光度设置
照片拍摄模糊的场合	提高感光度设置，或使用闪光灯
希望前景与背景同样清晰的场合	提高感光度设置，或将相机设置为风光模式
希望背景虚化效果更佳的场合	降低感光度设置，或将相机设置为人像模式
照片过暗的情况	提高感光度设置，使用闪光灯（见第五章），或使用曝光补偿

http://geshengyijiu.ctdisk.com



黄昏时的太阳光线要比正中午更加温暖。

白平衡

数码相机上有一个称为白平衡的选项，这一选项是为了移除画面偏色，使色彩表现更加自然。照片中的光线是由不同波长、不同色温的光混合而成，这是照片偏色的主要原因。每一种光源都有自己的色温，用开尔文温标表示，对应的单位符号为K。例如，直射下的阳光、阴影中的光线和日光灯的色温都不尽相同，由于我们的大脑会自主处理这些色彩信号，因此我们在日常生活中很少能够察觉这种由色温带来的偏色现象。但数码相机的感光器件可没有这样的处理能力，因此在拍照时会更加如实地反应色彩。

日光的色温一般为5500K，被我们当做标准色温。大部分家用灯具色温都要比这个低，拍摄出来的照片调子偏暖。使用数码相机拍摄白炽灯照明下的白色墙壁，最终得到的照片会带上温暖的红黄色调。普通日光灯下，则会带上蓝绿色调。不过有些日光灯会专门针对日光色温进行校正，则不会发生类似的现象。闪光灯同样针对日光色温进行过校正。日出和日落时分，光线都会变得偏暖；阴雨天的光线则会变得阴冷。

调节相机的白平衡也就是针对不同光源进行色彩校正。当画面中的白色表现正确的时候，其他色彩的表现也就会相对准确，这也是白平衡这个名字的由来。一般来说，数码相机上都会包含下列几个不同的白平衡设置：自动白平衡（AWB）、日光白平衡（使用太阳图标标示）、多云白平衡（云朵图标）、阴影白平衡（房屋背阴面图标）、白炽灯白平衡（白炽灯泡图标）、日光灯白平衡（日光灯管图标）、闪光灯白平衡（闪光灯泡图标）等。有些相机还提供了自定义白平衡、手动白平衡等设置，允许用户针对不同光源精确设置相机的白平衡。

自动白平衡针对日常摄影环境设置，可以在大多数情况下移除画面中的色偏现象，但是对于某些光照环境不免显得力不从心。如果画面中存在很多不同色温的光源，就更是如此。针对特定环境选择特定的白平衡设置往往可以达到更好色彩还原效果，例如说在多云天选择多云白平衡，或是在室内拍摄时选择白炽灯白平衡。

当然，如果你希望能够拍摄出日落等不同环境光线所带来的氛围，那么也许自动白平衡是一个更好的选择。日光设置同样可以保持日落环境下的暖色调，但是使用白炽灯白平衡则会降低画面中的暖调，使霞光下火红的云朵依旧表现得接近白色。有些数码单反相机提供了非常精细的白平衡微调选择项。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

在室内使用台灯作为光源可以得到非常温暖的光线效果。自动白平衡功能也许可以矫正这样的光线效果，但是更多时候保留这样的效果或许更好。

画面中的彩色玻璃改变了光线颜色，给女孩的面部带来了温暖的光照效果。

由环境光源带来的色偏也可以在Photoshop这类图像处理软件中修复。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

第二章 人像摄影基础

2

告诉大家一个秘密：增进摄影技巧最简单的方法，往往也就是最快的方法。书中有些内容也许看来浅显，但当你放下书本将其应用到实战中你就会发现它们的巨大作用。长期以来为人所认同的构图法则有很多，理解这些构图法则对于人像摄影作用巨大，实际上，这些构图法则对于任何摄影类型都有很大的帮助。我们将在下一章里给大家逐一讲解。这一章让我们先来看一些简单易学的人像摄影基本原则。以这些简单的原则作为基础，也许会让你今后成为风格独具的人像摄影界的大师，并为人所熟知。

横向构图一般只用在人物躺下或卧倒的时候，例如说照片中趴在草地上的这个小女孩。

竖构图

第一条原则十分简单，人是竖着长的，所以在拍摄人像的时候竖构图是最基本的构图方式，无论全身照还是大头照都是这样。所以每次在拍照前，都记得把相机竖过来，减小画面中背景所占的分量，让人在画面中更加显眼。

只有以下两种情况例外。

- 画面中的人物没有保持站立姿势，也就是说画面中的人物不适应垂直构图。
- 有特别的理由必须使用横构图，例如说非常美丽或有趣的背景画面。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

在背景合适的情况下，横向构图同样也可以用来拍摄齐肩照或者大头照，例如说上图中优美的郁金香田和壮丽的山岭。

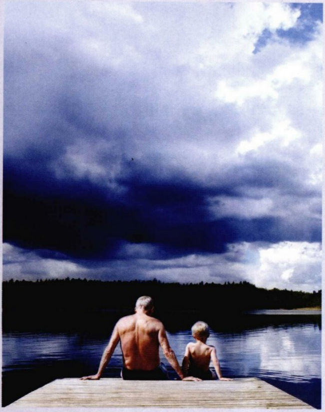
背景

谈到背景，很多人都不知道在拍摄人像时应该包含多少。答案很简单，视画面构图而定。如果背景单调，或是谈不上好看，那么最好一点也不留。人像本来就是以人为主角的照片，因此画面中出现的一切都应该能够对人物起到说明或者是烘托的作用。

例如后页的那张照片，本意是爷爷和孙子在水边享受生活的场景。但如果如下图那样，增加天空在画面中所占的比例，就成为了一张表现人与自然间和谐关系的照片。尽管这两张照片同样都是一幅美好的留影，而且我觉得两张照片都可以被当做人像摄影作品，但是它们却在同一环境下传达出了不同的意境。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

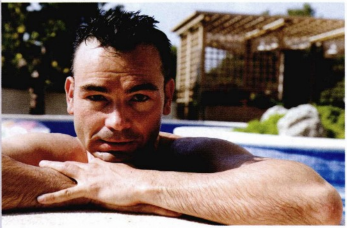
即使面对同样的场景，背景的多寡取舍同样能改变画面整体意境。



眼平原则

让照片看上去漂亮有一个非常简单的方法，拍摄时保持相机与被摄人物双眼处在同一水平线上，这一招对于大多数照片都能见效。如果拍摄对象是与你身高相仿的成年人，这很容易。双方保持站立姿势的情况下，把相机举到眼睛的高度即可。但如果对方比你高一些，那么就需要找一个盒子或梯子垫一下。如果对方比你矮一些，那么就需要蹲下来一点点。如果被摄对象是坐着的成年人，或者儿童，单膝跪地是最好的拍摄姿势。而如果被摄对象躺在地上，那么你也只得照做。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



尽管照片中的人物是站着的，但是水池外的摄影师不得不趴在地上，因为这样才能达到眼平原则。

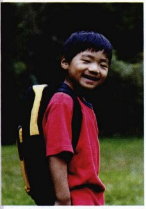
前面在第一章已经提到过，如果相机提供可翻转的液晶屏使你无须通过取景器取景，那么即使是如上拍摄情况下，你也无须摆出对应的那些高难度动作了。

打破眼平原则

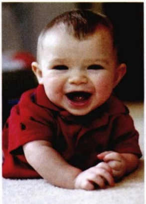
尽管我刚才强调过，眼平原则是一个非常好的拍出优秀照片的方法，同时也是最快改善人像摄影构图的方法。但是规矩向来就是让人打破的，有些时候我们不妨换个方法拍摄，这类情况包括：

到底要多低？

眼平原则意味着我们到底需要低到什么程度？这就要看你的拍摄对象了。如果你是一个身高正常的成年人，你也许需要：



蹲下来。



坐下来也许不够，还要再弯下腰。

这只能和他们一起趴着了。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

摄影师拍摄机位不同，最终的拍摄结果也大不一样。上图那样从上往下拍摄，能把小家伙们拍得非常可爱，而从眼平方向拍摄照片则更加中规中矩。下图这张照片里，摄影师为了拍摄这对兄妹不得不跪在地上。不过从上往下拍摄带来的透视变形却可以让他们俩看上去年轻很多。

最好的肖像照通常都遵循眼平原则，但打破这个原而，也不乏有出奇制胜的好照片。这张照片就是一个很好的例子，较低的机位让我们的小超级英雄看上去飞得更高。

- 希望用广角镜头从上往下拍摄，实现人物变形的拍摄效果。
- 希望更改人物与背景之间的相互位置关系。

正常情况下，使用广角镜头从上往下拍摄会得到一张卡通效果的大头照，就像左图那样。但如果机位再高一些呢？右图是摄影师爬到树上拍摄的，看那一地金黄的落叶。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

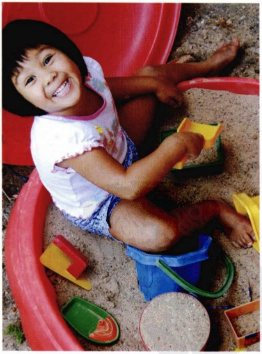
从上往下的拍摄角度给这位小天使带来了一点卡通效果。

外面的世界真大啊！从上往下的拍摄角度会让我们的孩子看起来身形更小。

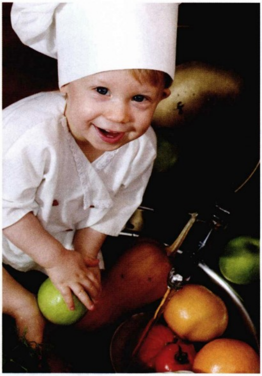
相机何时朝下

下面几种情况，打破眼平原则，找一个较高的视角俯拍，效果也许会更好。第一种情况就是你希望表现自己家小可爱娇小玲珑的身材，因此像从成年人的视角一样，从上往下拍摄。

从上往下的拍摄角度还可以更好表现小孩子们把玩的东西或游乐的场地。例如说下图中女孩，我们可以清楚看到她在沙丘上堆筑的梦想；又或是另一照片中可爱的小厨师，我们甚至能从他手中的原料上感觉到他所做菜肴的美味；最后看看对页外侧照片里抱宠物的卷发小女孩，这样的构图方式形成了一个有趣的对比，巨大的兔子和娇小的女孩。



http://geshengyijiu.ctdisk.com

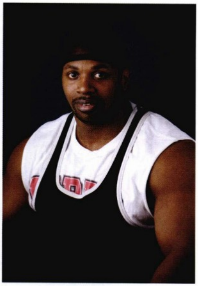


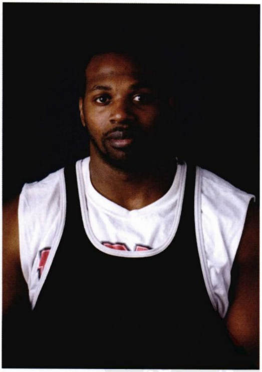
随着视角继续提高，照片就变成了正经的鸟瞰图。就像右图那样，这种构图仿佛是神在查看自己的子民，从某个高高在上的角度偷窥世人的世界。

视角再高一些，我们就可以一个旁观者的视角融入婴儿的世界了。照片中的小宝宝沐浴在天井射下的阳光中，好奇地看着前方的花丛，丝毫没有意识到摄影师的存在。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

从上往下的拍摄的视角可以让被摄对象显得更小，或者更年轻。上图便借用了这样的拍摄角度，使得这位年轻女子显得更加柔弱。





机位略低于眼平角度拍摄，则可以让拍摄对象看起来更加高大有力。

传统人像摄影师在拍摄女性肖像的时候，总喜欢选择一个略高于其眼平位置的角度拍摄。这是那个时代的潮流，使更加美丽性感的同时，添上一丝天真无邪的气质。但是在拍摄男性时，则通常选择较低的拍摄角度，这样可以让他们看起来更加健壮有力。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

相机何时朝上

打破眼平原则的另一种方式是向上拍摄。这么做的大部分原因，是想让被摄对象看起来更高大一些。还可能是因为天空很蓝，或者背后的树鲜花绽放，使用一个较低的角度可以更好地捕捉这些背景。如果本身的拍摄背景很乱糟糟，也可以更换角度以天空当做背景。

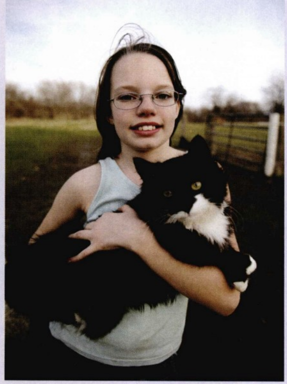
把视角放低，看到的世界也许会更加有趣。试着躺下来取景，让被摄对象如同手术室里的医生那样俯下身来观察你。用这种方式拍摄时，最好打开相机上的闪光灯，以免他们的脸由于背光漆黑一片。闪光灯的使用详见第六章。如果相机支持超广角镜头，那么不妨让被摄者靠得更近一些。最终的拍摄结果会由于超广角镜头效应带来一些扭曲，就好像从一个孩子眼中看到巨人一样。

低角度拍摄可以让被摄对象显得更加高大，这与传统眼平角度拍摄的感觉完全不同。

躺在地上拍摄自己的小孩，可以创造出一种全新的艺术视角。

有时候从下往上拍摄，可以得到完全不同的背景，例如说上图中的满树繁花。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



尽管两张照片中女孩所占的面积相当，但由于左边一张使用广角镜头在较近距离拍摄，因此她的脸看上去比实际要宽。右边的照片使用长焦镜头在很远的距离拍摄，人物变形更小，看上去也更漂亮。

镜头与机位

很多人在拍摄人像时总习惯与被摄对象离得很近，实际上这么做很难拍出理想的人像摄影作品。想要得到好的拍摄结果，首先要学会控制镜头与机位。控制镜头与机位的方法很多，学会这些方法，就能够好把握拍摄结果。

在使用广角镜头或变焦镜头广角端的时候，距离拍摄对象过近，很容易导致画面变形。一般来说，这种变形不是特别注意的话，并不会那么明显。但是这样的变形却会给照片观众带来一种潜移默化的负面影响。镜头越广，距离越近，变形也就越明显，最终拍摄结果也就越失真。也许后退几步，换上一支焦距更长的镜头，拍摄出的照片才更加符合大众的审美眼光。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

当然，如果广角镜头的变形效果明显到极致，也可以产生独到的趣味性。例如说拍摄万圣节留念照片的时候，可以让鬼脸变得更加扭曲。可以用在数码单反相机上的超广角镜头，还能形成一些更加特别的视觉效果，例如下方的那张大脚照。而在拍摄儿童照或宠物照时，让镜头尽量靠近他们的脑袋，同样也可以因为变形得到非常可爱、有趣的照片。

另一方面，有些相机或镜头焦距非常长，这就意味着你在取景器中看到的景物相当之大。所以想要拍摄下完整的被摄对象，你就应该退得更远。为了使用长焦镜头得到一张优美的人像照片，退到十米开外甚至更远的地方也不是一件什么奇怪的事情。

将镜头靠近你的拍摄主体会添加些许滑稽效果。并且夸大面部特点。

配合一个超级广角镜头，将相机靠近拍摄主体，可以获得一个夸张的画面

http://geshengyijiu.ctdisk.com

面对同一场景，使用相机的广角端和长焦端拍摄，可以得到两张完全不同的照片。使用长焦端拍摄，这对夫妇从背景脱离出来，显得更加亲密。

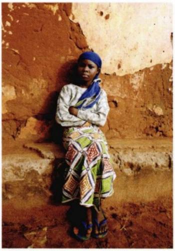
一般来说，最好的人像摄影作品都是使用长焦镜头在远距离拍摄的。具体解释这一原因会涉及很多光学知识。简而言之，长焦镜头拍摄出来的人像更加自然，接近人眼平时的所见所感。如果使用数码单反相机，最好将镜头推至最长端，例如说18-200mm的镜头的200mm端。

变焦

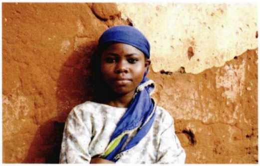
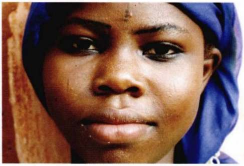
除了避免或刻意制造透视变形之外，改换镜头焦距拍摄的原因还有很多。仅仅只是更换机位或者焦距，就可以得到非常有趣的全新构图。

参看对页那张坐在石凳上的女孩照片，最上方的照片使用广角镜头拍摄，更多表现了她所处的环境，异国风情的斑驳背景。中间的照片拍摄焦距接近标准镜头，墙上的纹理成为了画面构成的元素。下方的照片使用长焦镜头拍摄，着力于表现女孩的面部表情，这与传统人像摄影的手法区别很大。这三张照片都很不错，但是带来的视觉感受却完全不同。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



大胆取舍！对比上面两张照片，右边一张摄影师使用长焦镜头拍摄，大胆构图，将纷杂的背景摒弃在画面之外，让场景中最重要的元素——女孩与她的狗——成为画面的唯一重点。

改变拍摄焦距和拍摄位置得到了三张完全不一样的人像照片，随着背景和人像在画面中比例的不同，每张照片带来的视觉感受也完全不同。

让内容充满画面

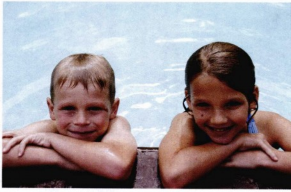
除非有明确地需要表现背景，否则在拍摄时永远记住让被摄者充满整个画面。作为一个摄影师来说，着力表现被摄对象应该时刻牢记在心。实现这样的拍摄效果，主要有以下三种方法。

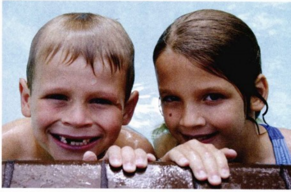
1. 使用镜头的长焦端，或者直接更换一支长焦镜头拍摄。可以直接将被摄者拉近。
2. 离被摄对象再近一些，这样会让他们在画面中更加饱满。
3. 结合以上两点技巧共同使用以达到更好的效果。

构图时首先把所有不必要的背景排除在画面之外，尽可能优先使用竖构图。进行第一步构图之后，看着显示屏或取景器中的画面问问自己，“我是不是一定要把整个人都拍下来呢？”很可能你会对自己说“没必要。”如果是这样，那么把焦距再拉长一些，或者再向前走几步。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

右上方这张游泳池的照片拍得不错，右下方这幅照片明显要更好。除了构图更加紧凑以外，还让两个拍摄对象之间的关系显得更加亲密。他们的脸在画面中变得更大，也可以让观众更清楚地看到他们的双眼，以及其他面部细节。

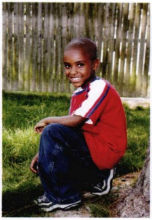


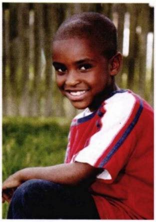


注意，上面一张照片里面，小孩子们头是抬着的。使用变焦镜头，并降低拍摄机位至眼平，很快就使得照片的冲击力大大加强。

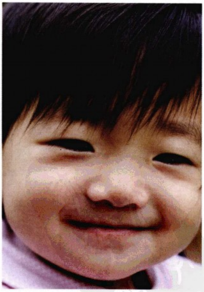
在人像摄影时把整个人完整囊括在画面内自然不坏，但是不是一定有必要这么做呢？这张穿红衣服的男孩照片姿态很好，背景也十分简洁。但我们是不是一定要看全他的整个身体呢？靠近一些拍摄也许会让这幅人像作品具有更强冲击力。

比较三张母女合影的照片。第一张从较远的距离拍摄，中间一张拉长了焦距，最下面一张则是改变了拍摄距离靠得更近。也许两者间的区别并不是很大，但是仔细比较就会发现，下面一张照片中母女俩的脸更宽，女儿的鼻子也显得要大一些。这样的细微差别最终会给照片带来完全不同的整体感受。



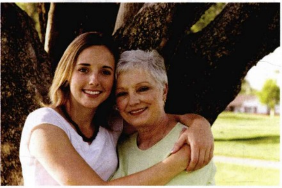


并不是把整个人都拍到照片里面的人像就叫好人像。变焦构图时没有什么好犹豫的，要大胆。



变焦拍摄还可以让我们在画面中只留下被摄对象的脸，而不留下任何背景。

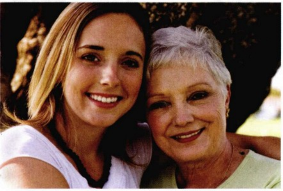
http://geshengyijiu.ctdisk.com



从远处拍摄。

极富创意的变焦与构图改变了这幅原本的母女合影照，变成了一张小女孩和她尚未出生的手足的合影。

变焦。



改变拍摄距离。

上面这张小女孩靠着妈妈怀孕肚子的照片很好地说明了什么叫做优秀的构图。摄影师使用长焦镜头裁去了母亲的大部分躯干，只留下了肚子。但是这样做很好，因为画面的中心本来就是这个幸福的小女孩。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

这一家子之间的实际身高差异并不如透过广角镜头看到的这么大。

当两个小孩和镜头距离相当时，他们在画面中的脸看起来面积也差不多大小。但是使用广角镜头拍摄，如果他们的脸和镜头距离不一样，那么在画面中呈现的相对大小关系也会出现显著变化。

广角镜头的变形使更靠近镜头的父亲看上去比实际更大。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

大小关系

我们在前面已经提到过，广角镜头会带来一些透视变形，让近处的东西看得比实际尺寸更大一些。离镜头最近的那个人看上去比远处的人要高出很多，但实际上他们的身高基本一致。

这样的效果同样也可以反过来强化家长与孩子之间的大小对比。父亲把孩子抛在天空的照片就是一个很好的例子。摄影师在离父亲很近的情况下，使用一支安装在数码单反相机上的18mm广角镜头拍摄，造成了这样的视觉效果，更加充分地表现了他们幸福的一刻。镜头离画面前景越近，这样的视觉效果也就越明显。

顺其自然

摄影是生活的真实写照。如果你想为你的小天使拍摄一张完美的照片，但是她偏偏不愿意好好站着，也笑不出来，怎么办？不妨拍摄一套淘气天使的照片。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

第三章 人像摄影的构图

3

构图是摄影以及其他所有艺术形式都需要考虑的一个问题。从经典的传统艺术作品中汲取的构图经验，可以帮助我们提高自己摄影作品的构图水平。经典的构图理论在摄影术诞生前，就已经流传了数个世纪。当然，打破这些构图理论同样可以拍摄出成功的作品。但是总体来说，遵循这些久经考验的理论，才是保证照片始终优秀的不二法宝。

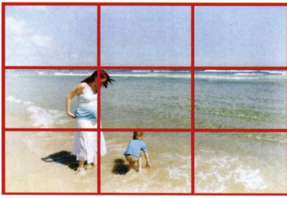
任何一张摄影作品，都是由不同的视觉元素组成的。对于人像摄影作品而言，有一些元素占有特别重要的地位。最重要的视觉元素通常是人物的双眼，次重要的可以是人物的某些肢体，例如说手，特别是拿着东西的手；可以是地平线；还可以是画面中突出的前景或背景。

如果这些视觉元素分布在画面中的不同位置，那么观众在观看照片的时候，视线则会连续不断的从一个元素跳向另外一个元素。如果你用心观察，就会发现观众在观看一幅照片的时候，眼睛在画面的某些点上停留的时间会远远高于画面的其余部分。这些可以抓住观众视线的画面内容，就被称作兴趣中心，每幅优秀的摄影作品必然有自己的兴趣中心。接下来就让我们学习创建兴趣中心，并将其应用到我们的人像摄影作品之中的方法。

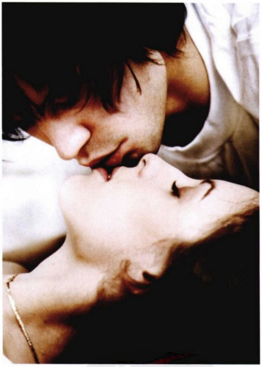
三等分构图法

一张照片能否成功，重要视觉元素在画面中所处的位置会对其起到很大作用。一张把人物双眼放在画面正中的照片，很少会是一张好照片。看看对页的照片，人物的双眼没有放在画面中心，而是放在了画面的右上角接近边缘的位置。在这里，我们首先从这个女孩的眼睛了解什么是三等分构图法。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



注意这张水平构图的作品中，母亲、孩子和地平线是如何遵循三等分构图原则的。垂直构图的作品也可以使用类似方式构图。



使用三等分构图原则，我们无需将画面处理得四平八稳，也能拍摄出构图和谐的作品。使用三等分原则构图，就好比取景器里面有一个九宫格辅助我们构图。九宫格将画面分成相等的横纵三份。重要的画面元素，可以放在分栏线上，或放在横竖线的交叉点上。两种方式都可以得到和谐的画面构图。因为无论纵横都被分作均等的三份，所以三等分构图法既可以用于横构图，也可以用于竖构图。

熟悉三等分构图法的概念后，就可以试着打破这种构图方式，创造更具艺术性的画面构图。通常是将三等分构图的理念进一步强化，将主要构图元素推至更加远离画面中心的位置。

我们已经谈了很多偏离中心构图的优点，那么是不是说居中构图就一定不可用呢？尽管居中构图很容易使画面看起来死板，但如果这本身就是你的拍摄目的，那么就应该这么做。对称同样也是一种美，右边这幅浪漫的照片可以很好地说明这一点。照片里，这对情侣的头发和身体以接吻的双唇为中心对称，而女方的嘴唇和双眼则自然成为了画面的焦点。这张作品如何？你可以自己判断。毫无疑问，居中对称的构图方式更好烘托了他们爱情的坚固。

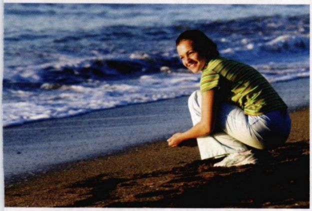
http://geshengyijiu.ctdisk.com

向内？向外？

这一条构图原则是用来处理被摄者没有面朝相机的状况的。摄影师在处理这类照片的时候，应该在人物面对的方向上留下更多空间。例如说下面这张拍摄于海滩的照片，画面中的女生面朝左方，因此在构图时应该把她的人放在画面右边，在左边留下足够的空间，这样别人看到照片的时候很容易就随着她目光的方向查看整个画面。

如果被摄对象比较大，当然很容易指挥他们站在指定的位置朝固定的方向看。但是对于小孩子来说，就需要自己主动修改构图方式了。更改构图方式时不要忘记了锁定对焦点。在拍摄被摄对象偏离中心的照片时，一定注意相机焦点不要对到背景上面。

看看这两张照片中的小可爱，两张照片中，摄影师选择了同样的构图方式，把他们放在画面右下角。这样的构图方式很聪明，既烘托了主题，又用一地金黄的落叶说明了拍摄时节。但是这两张照片有一个很大的区别，下面一张照片中小孩的脚和眼神都朝向画面内侧，这比上面一张更好。



照片中的女生，身体和双眼同时朝向画面的中心方向。所以在构图时我们需要在这一方向上，留出足够的空间。

特别是在拍摄侧面像的时候，一定要记住给被摄对象面朝方向上，留出足够的开放空间。这张照片的开放空间被小女孩吹出的泡泡布满。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

尽管观众不可能真的拿把尺子直接在照片上比划，但是上图那种两、三度的轻微倾斜肯定会让他们觉得照片中有些什么地方不对劲。下图使用图像处理软件修正了地平线，使其恢复水平，大家可以看到这点小调整给画面带来的大改善。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

地平线

地平线出现在画面中会成为非常明显的画面元素之一。地平线对于风光摄影作品的作用自然毋庸置疑，通常遵循三等分构图原则放于图像上方或下方的位置。但如果对人像摄影作品中的地平线也做如是处理，相反会对画面产生负面影响。为什么呢？因为人像摄影中，地平线并不是最重要的画面元素，因此并不需要待在一个重要的地方吸引观众的注意力。另外，地平线如果倾斜，同样也很容易被人注意到。

比较右侧这两张女孩的照片，上一张照片中，地平线与女孩的眼睛完全平齐，十分影响画面内容。下一张照片注意到了这一点，调整了画面中地平线的位置，效果相对理想。

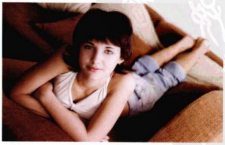
构图时，最好不要让被摄对象的双眼和地平线位于同一高度上。

有意倾斜画面

照片中如果出现易于察觉的倾斜，常常会令观众不快。我们所处的世界是一个四平八稳的世界，因此我们很容易察觉到倾斜的状态。尽管在后期处理软件中很容易修正这一点，但是旋转后的裁切处理不可避免地会带来一些边角画面内容的损失。

不过也并非在拍摄时倾斜相机就是什么弥天大罪。有意思的倾斜画面构图可以得到非常优秀的人像摄影作品，因为倾斜构图会给死板的画面带来额外的线条和韵律。不过一般说来，如果你希望倾斜相机拍摄，那么至少应该让人一眼就看出你是有意这么做的。

由于给画面带来了与众不同的角度，倾斜式构图往往会让被摄对象看上去更漂亮。



http://geshengyijiu.ctdisk.com

其他类型的画面线条

就一般观点而言，对角线和弧线比普通的水平线或直线更具视觉冲击力，同时也可以让画面变得生动活泼。无论哪种类型的线条，最终目的是将我们的视线引导至画面中的重要元素上。这类线条可以很明显，例如说右图中男孩头上的浴巾，又或者说右下图中的围栏。圆形和三角形是最佳的两类构图方式，可以将我们的双眼牢牢锁定在画面中。

这张戏剧化的肖像照片中，浴巾形成的曲线与被摄对象的眼眉、嘴唇曲线交相呼应、浑然天成。

摄影师将倾斜式构图、胡萝卜及眼睛组成的对角线以及盘子的曲线巧妙结合在一起，得到了一张精美的宝宝照片。

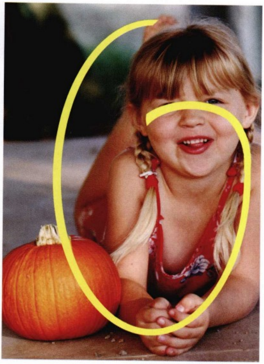
略微倾斜画面，利用围栏形成了明显的对角线构图。这样的画面构图比中规中矩的水平构图更具活力、动感。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

有时候，画面元素也无须显而易见，就好比本章开头那副南瓜边的女孩照片。下方用黄色线条标示出了隐藏在画面中的线条。大部分人在看到这幅照片的时候，眼睛按照下述顺序移动。

- 从女孩的眼睛开始观察画面。
- 顺着她的马尾辫看到她的双手。
- 然后视线随着南瓜移动。
- 再移动到脚。
- 最后重新回到女孩的双眼。

观众双眼在照片上这种无意识的移动时间越长，这幅照片也就越成功。



这张照片集中了很多优秀的画面元素，包括女孩的双眼、南瓜，以及小脚丫等。这些元素在画面中组成了一个圆环式构图，能够长时间将观众注意力保持在画面中。

控制背景

背景中的地平线及其他内容在拍摄时很容易通过调整拍摄机位而变化。在拍摄前，围着被摄对象走几圈以后，你会发现可选的背景其实很多。改变拍摄机位的高低也能有同样的效果。

每拍完一张照片以后，在液晶屏上回放自己刚刚的拍摄结果，并且问问自己“背景里面是不是有什么自己不喜欢的内容？”过于鲜艳的颜色、高光、字符标语和规则形状通常来说都是不受欢迎的背景内容。这种审视过程是一个很好的学习过程。试着找一个合适的机位与焦段，可以将所有影响背景的内容全部排除在画面之外。好的照片与优秀的照片最大的区别就是后者在这上面花去了更多的时间。

在拍照前，一定要注意背景里面有些什么内容。明亮的背景或者摩天轮这样的明显图案背景都会对画面主体造成影响。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

只需要变换角度，画面背景就从上图中的草地变成下图中的天空。这两种拍摄方法都很好，只是给大家在拍摄时提供更多可供参考的背景构图方式。

影响注意力的元素也不仅仅局限在背景上，同样还可能出现在画面中的任何地方，例如说上面这张照片中老妇人手上的光线。这些光线会吸引观众的注意力。

不仅仅是背景

除了背景以外，前景的内容也不可忽视。上图照片中，这位老妇人手上的光线是一个明显的错误。这样的高光很容易吸引观众的注意力，这当然不是我们想要的，我们希望观众将注意力更多放在人物面部。如果你不相信，可以用手挡住下方的高光，看看画面效果是不是改善许多？

http://geshengyijiu.ctdisk.com

为什么影棚人像会如此流行？因为它们的背景干净整洁。

背景的颜色与被摄对象的肤色及衣着颜色呼应，能带来不可替代的协调与舒适感。

什么是优秀的画面背景？

我们已经谈了这么多失败的画面背景，那么什么样的背景才是优秀的呢？对于一幅人像摄影作品而言，背景应该遵循下述几个原则。

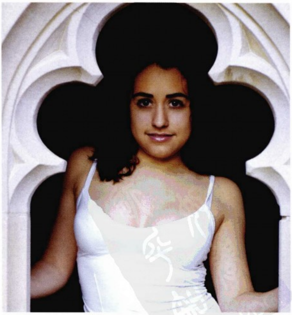
- 简洁：不会干扰画面主体人物。
- 和谐：颜色和形状可以对主体人物起到烘托的效果。
- 构图有趣：可以为画面增添新的构图元素，例如说漂亮又不会干扰画面的形状等。
- 叙事性：可以反映主体人物的生活状态。
- 环境性：可以明确表现主体人物的所处环境。

这幅照片的背景很丰富，小孩的出现让人对他的下一推充满期待。

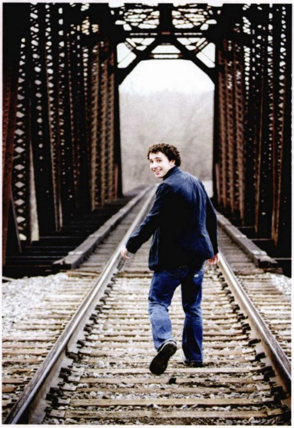
http://geshengyijiu.ctdisk.com

框架式构图

给画面中添加框架形式的构图元素是一种强调主体人物的特别手段。框架式构图既可以像字面意义那样，用窗框、方向盘、苹果林间隙这样明显的图形把被摄主体囊括其中。也可以不那么明显，好比于树林和倒影形成的拱形围绕着祖父和他的两个外孙、铁道和拱桥形成的框架包围着的这名男子说再见的脸等。



http://geshengyijiu.ctdisk.com



拍摄人像时，为人物寻找合适的构图框架是一件有趣的挑战。这些框架既有可能像倒影和铁路这样自然，也可能明显而富有趣味性。

人像摄影作品中，阴影有时候可以成为画面中最重要的视觉元素。阴影还可以平衡画面中的人物。

邮
电

阴影

我们会在人像摄影的用光一章具体讨论画面中阴影的作用。不过现在先让我们简要认识一下阴影的构图价值：他们既可以为画面中增加新的重点，还可以自己成为画面中的主题。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

第四章 人像摄影的用光

4

除去人物主体，用光也许是人像拍摄中的最重要的因素之一。正确的用光可以让人看上去更美，而错误的用光则会让人看上去难看很多。光线既可以给画面添加活力与变化，还可以让画面变得富有情趣。光线既可以强化人物的某些面部特征，还可以弱化人物的某些瑕疵。在学习用光之前，我们首先要了解光的一些特性，这样才能帮助我们拍出更好的人像摄影作品。光的这些特性包括软硬、方向与颜色。

软光与硬光

光线的软硬程度是用光时需要掌握的第一点，也是最重要的一点特性。硬光可以塑造坚硬的轮廓外观以及浓厚的阴影。软光塑造的轮廓则较为柔和，阴影也要淡一些。如果光线软到极致，则基本上不会留下任何阴影。

天气晴朗的时候，强烈的太阳光线没有任何阻隔地直接打在人的身上，这是最典型的一种硬光。这样的天气下拍摄人像，如果方法得当，可以得到色彩强烈、阴影浓郁的作品，极好实现被摄者的身形，极富质感。而如果拍摄失当，结果则变得粗糙刺目，所有细节都损失在浓重的阴影之下。

而当白云飘过，直射阳光被白云遮挡散射，则变得柔和起来，从多个角度照射在被摄对象身上。天上的云越厚，光线就变得越柔和。相应产生的阴影也就越淡，阴影中的细节也就越明显。在背阴处拍照也能获得类似的光线效果与视觉效果。

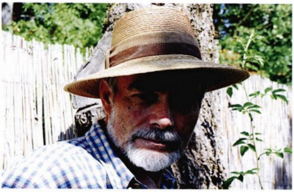
http://geshengyijiu.ctdisk.com

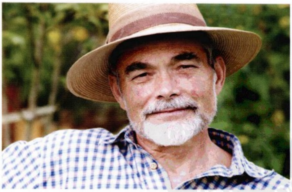
一般经验看来，软光下拍摄的人像作品肤色更好，整体效果更讨人喜欢。当然，凡事总免不了例外，在明亮的太阳光下，同样也可以拍摄出优秀的人像摄影作品。与软光下的拍摄效果完全不同，对摄影师的技术要求也更高。

软光更适宜初学者拍摄，因此在人像摄影的起步阶段不妨多在背阴处拍照，或者干脆只趁着多云的天气才外出拍片。

一般来说，软光条件更适合拍摄户外人像，多云天气的阳光就是一个很好的选择。这样的环境下拍摄，阴影边缘很柔和，阴影本身也会淡一些。

直射阳光会产生厚重的阴影，阴影边缘及其分明。这种光线一般来说不是拍摄人像的理想选择。



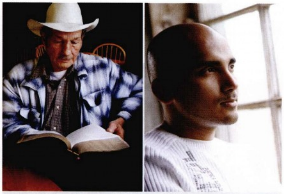


比较这两张照片，很容易发现在软光条件下拍摄，更加容易看清人物面部的所有细节。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

减少阴影

如果你觉得被摄对象脸上阴影过多，最简单的方法就是让他们站向顺光面。当然，随着他们方向改变，相机机位也必须做出相应调整。另一种方式是改变构图形式，让他们略微抬头或低头改变阴影的位置。对比下面两张图，这张少女的照片由于低头，给双眼、鼻子和嘴唇周围下方带来了厚重的阴影，显得面目狰狞。相反，当被摄对象抬头面对光源时，拍摄效果则让人感觉亲切很多。



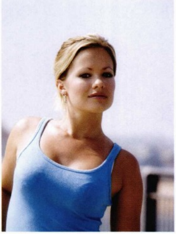
从窗户中透进来的柔和光线可以更好地表现人物的立体感，但同时又不会像直射阳光或闪光灯那样产生刺目的阴影。

使用窗户作为光源

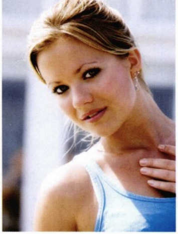
窗外透进的光线非常迷人。几百年以前，欧洲的画家就开始让模特坐在面北的窗前。靠这边的窗户大部分时间都处在柔软的阳光中，没有直射的光线困扰。在没有阳光直射的情况下，任何一扇窗户都可以起到相同的作用。不过要注意那些屋檐比较长或者有很大雨阳棚的窗户，因为这些附属设施会阻挡过多的阳光。

顶光会在被摄对象眼睛周围形成难看的阴影，如果他们低头的话，那么效果会更加明显。上图就是一个例子。如果被摄对象如左图，抬头看着光源，就可以避免这些难看的阴影。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



阳光直射在模特脸上，在她的鼻子上形成一块醒目的光斑。这很容易让观众的注意力从原本的重心——眼睛上移开。



让模特略微改变角度，可以消除出现在鼻子上的光斑。

现在，让模特直接站到背阴处，这不光解决了光斑问题，同时也让画面光线更加柔和均匀。

光斑

拍摄时要避免光斑投射到被摄对象身上。在拍摄时，如果光源部分受到遮挡，就会在被摄对象脸上产生不必要的亮斑。人的双眼会对亮度较高的区域产生更大兴趣，因此照片中的亮斑会使得观众在观看照片时，将注意力放到一些无用的地方。以上方穿浅蓝色衣服的女性为例，在左图中，阳光在她的鼻子上产生了一处高光，因此我们的双眼首先会盯住这个地方，而不是本应更重要的双眼。如中图所示，变换她的身体角度以改变面部朝向可以改善落在她脸上的光线情况。或者干脆如右图所示，让她直接站到背阴处，这样对画面的整体改善效果更好。

规律排列的光斑既可能对画面起到正面作用，也可能产生负面影响。右上方的老妇照片中，光线透过草帽在她脸上产生的光斑十分影响画面。但右下图中百叶窗帘产生的条状阴影则给这幅男子的肖像带来了一些趣味性。

那些留有空隙的物体很容易在画面中形成光斑。运用得当，可以增加画面的魅力；不加注意，则会破坏画面。

图中那位妇女的帽子形成的光斑很明显会分散观众的注意力，而这幅男性肖像中对角线形式的光斑则强化了画面构图。

如果希望光斑为画面起到积极作用，那么最好让人物的双眼或其他视觉中心落在亮处。因为观众的目光首先会被画面中的亮处所吸引，如果亮处能与画面的视觉中心重叠，则可以起到1+1>2的效果。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

在户外环境拍照，光线瞬息万变。上面一张照片中，摄影师巧妙捕捉到了夕阳的最后一点余晖。而在摄影师拍摄下面这张照片的时候，那一抹金黄就已经随落日消散了。

光线颜色

除去光线软硬，光线的色彩同样可以对人像摄影起到很强的影响。我们在讨论白平衡的时候曾经提到，每一种不同的光源都有自己的颜色，或者说色温。正确识别光线的颜色，特别是那些不寻常、不自然的光线颜色非常重要。有些情况下，光线带来的颜色正是我们所希望的，例如说午后金黄的阳光。但有些时候，我们则需要通过白平衡控制等手段改善光线带来的色偏现象。

根据气候条件不同，清晨或黄昏时分的光线会带来冷暖交融的光线效果。在日出前或日落后的几分钟里面，光线会带上一股特别的阴冷调子。

下午的阳光会带来华丽的金色。

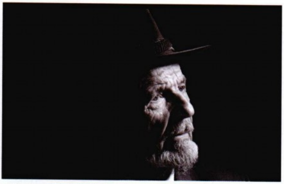
冬天的早晨和傍晚，天空都会出现蓝色和粉红色的色调。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

光线方向

我们无法改变太阳的位置，但是我们可以控制我们的拍摄时间，我们还可以控制被摄对象与太阳之间的相对位置关系。不过对于其他种类的光源来说，我们的控制余地就很大了。无论是闪光灯、台灯、影棚灯，甚至是烛光，我们都可以根据需要调整其照射角度和方向。

例如这两张小红帽的照片。上面一张照片中，小红帽直接望着光源，所以我们在她的脸上看不到任何阴影，这样的效果要比下面有阴影的照片好很多。这张有阴影的照片并没有改变光源位置，只是女孩的脸由面朝光源改变为面朝相机，因此光照方向从正面转到了她的左侧，也就是相机的右侧。有经验的摄影师在这样的情况下，会在小女孩的右边，也就是相机的左边方向加一小盏灯补光，以增强其面部阴影部分的细节。

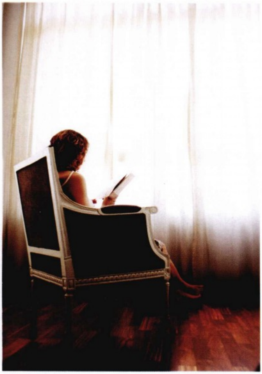


这张优秀的人像摄影作品使用单灯塑造了强烈的阴影，形成了刀劈斧凿般的面部纹理。

这两张照片，光源位置与强度没有丝毫变化，唯一改变的是模特的面部方向。所以在模特面朝相机时，阴影落在她的面部右侧。

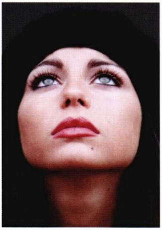
http://geshengyijiu.ctdisk.com

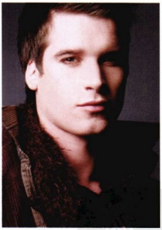
在没有任何前景光源补光的情况下，背光拍摄会形成剪影效果。



如果直接以窗户作为主光源拍摄同样会得到剪影效果，但是在这张照片中，摄影师通过曝光补偿还原了这位女士身上的大部分细节。

接下来将要介绍人像摄影中最常见的几种光照方向。大型摄影工作室通常使用多组灯具照明，光线较强的一组灯具充当主光源，另外的灯具或反光板等设备则用作补光光源。





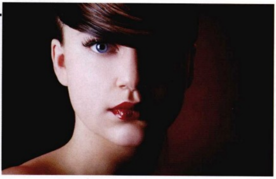
面光

光源位于相机后方，方向与相机镜头平行，这样的光照会让被摄对象的面部显得很平，因为在画面中看不到任何阴影，无论使用硬光还是软光均是如此。提高光源的位置，面光就变为顶光，会在被摄对象的鼻子下形成一块阴影区。

45° 斜侧光

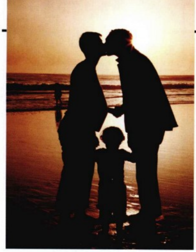
光线方向与镜头方向呈45° 夹角的布光方式称为斜侧光，使用斜侧光布光会在背离光线方向的一边形成阴影。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



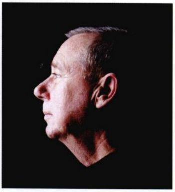
侧光，面对相机

光线从侧边照射，被摄对象面对相机，这样的布光方式会在被摄对象侧面留下较重的阴影。



逆光

当光源完全位于被摄对象身后，则成为逆光。使用逆光可以拍摄出被摄对象的剪影。

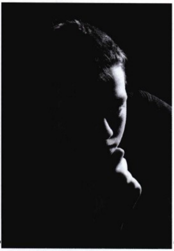


侧光，面对光源

光线从侧边照射，被摄对象面对光源，则可以拍摄出他们的轮廓。

逆光补光

如果你不喜欢逆光带来的剪影效果，那么可以使用闪光灯或反光板为被摄对象补光。如果没有补光设备，也可以使用曝光补偿等手段增加曝光量。后面这种方法虽然可以保证前景人物正确曝光，同时也会造成背景过曝。



侧逆光

侧逆光光源位于被摄对象身后侧，可以勾勒出被摄对象的外轮廓。

底光

底光布光，顾名思义，光线从下往上照射。这样的光线在自然环境中并不常见，所以会给观众带来一种奇怪的视觉感受。这也是恐怖电影导演最喜欢的一种布光方式。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

如果你注意到某处光线极好，那么马上让你的被摄对象站到那边。光线条件的重要性胜过画面中的任何布景。

在室外使用阳光拍摄

阳光，特别是正午的直射阳光，会给被摄对象的脸上带来生硬的阴影。下面四种拍摄方式可以改善在户外使用阳光拍摄得到的效果。

1. 让阳光处于摄影师正身后，被摄对象面朝太阳拍摄。不过这样做依旧会在局部产生生硬的影子，同时被摄对象也不得不眯起眼睛。
2. 让被摄对象站到背阴处。
3. 等到阳光角度较低的时候拍摄，这样的时间一般包括清晨、黄昏或冬天的情况。
4. 最好的方法是使用闪光灯补光。即使被摄对象戴着一顶大帽子遮挡刺眼的阳光，闪光灯也可以保证他们的双眼不被阳光造成的阴影遮挡。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

第五章 闪光灯人像摄影

5

大多数人仅仅把闪光灯当作弱光环境下拍摄时的一种辅助照明手段，事实上他们完全忽略了闪光灯在摄影时所能起到的强大作用。即使是在光线强烈（或充足）的情况下，闪光灯同样可以起到这种神奇的作用。使用得当，闪光灯会成为一种强有力的创意工具，让一张本来平淡无奇的照片瞬间变得充满生机与活力。在拍摄人像摄影作品的时候，闪光灯的作用更是不可小觑，可以给人像摄影作品带来难以想象的戏剧化改变。

尽管大部分数码相机都有内置闪光灯，但外形却各不相同。与之对应，他们的操作方式也一样千差万别，其具体操作模式有赖于具体机身型号。不过在熟读使用说明书并掌握其操作，这些不同的闪光灯在实际应用之中也就并没有太大区别。在讨论闪光灯的具体工作方式以前，我们先来解释一些基本概念，这些概念可以帮助大家更好理解闪光灯人像摄影的相关知识。

闪光灯不光是在室内拍摄时才有用。闪光灯是人像拍摄时不可或缺的创意工具，在户外拍摄时，同样可以起到补光的作用。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

平方反比原则

这个标题也许更适合出现在物理课本上，但是记住这条原则却对我们的拍摄十分重要。“光源的照明强度与照明距离之间呈平方反比关系。”简单来说，如果我们的拍摄距离增加两倍，那么闪光灯的照明效果必须增强四倍才能得到相同的照明效果。换句话讲，如果闪光灯的照明能力没这么强，那么在拍摄时则必须移近光源与被摄对象之间的距离，或者加大光圈、提高相机感光度等。如果闪光灯照明能力过强，则需要拉远与被摄对象之间的距离，变换镜头焦距，减小光圈，或者降低相机的感光度。

记住，平方反比关系对于画面背景也同样奏效。如果你发现自己照相簿里面的大部分闪光照片背景都黑得像一块板，那么下次拍照的时候记得让被摄对象和相机都离背景近一些，以保证闪光灯的光线也能同时照亮背景。这样做，会使照片的整体效果看上去好很多。

使用小数码上的闪光灯进行拍摄

大部分小数码上的闪光灯都只能以全自动模式拍摄，部分小数码则提供了一定的调整设置能力。所有的小数码都包含一个自动闪光模式，当相机觉得环境光线不足的时候会自动开启闪光灯照明，还有一些相机在逆光情况下也能自动开启闪光灯。大部分情况下，相机的这种自主行为都可以得到不错的拍摄效果。但是有时候我们需要手动调整小数码上的闪光灯模式，才可以得到更好的拍摄效果。这些模式通常包括补光、强制闪光、夜景闪光和强制不闪光。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

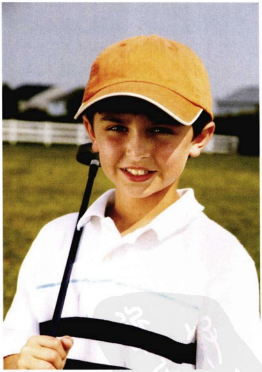
神奇的补光模式

善用这些不同的闪光模式可以给你带来更好的拍摄效果，补光模式是其中最有用的一种。

补光模式的最佳使用场合是你顶着强烈太阳光线在户外拍摄的时候。这也许听起来有些奇怪，太阳光都这么强烈了，还需要补充光线吗？事实正是如此，使用闪光灯补光可以平衡整体光线，降低画面反差，让画面色彩更加鲜艳。通过闪光灯补光可以加亮画面暗部，特别是提亮明亮阳光造成的人物面部阴影，使得画面整体亮度更加平均。最典型的例子就是拍摄在日光下戴着棒球帽或者别的宽边太阳帽的人物肖像，阳光使得整个面部笼罩在帽檐的阴影下，而闪光灯则可以把阴影中的细节全部还原。

补光模式为什么可以起到如此神奇的作用呢？这一模式下，闪光灯光照强度设置得略弱于环境光强度，一般情况也就是闪光灯亮度设置得比太阳光亮度低。换句话说，这种设置下的闪光灯作用并非是完全消除阴影，而是照亮阴影部分内容，整张照片暗部细节丰富的前提下，看不出丝毫人工补光的痕迹。这张男孩的肖像就是闪光灯补光的最好说明。

当相机设置为补光模式，相机在拍摄的同时总是会使用闪光灯。而更高级一些的相机还会将闪光灯的闪光强度始终控制在环境光强度以下，使得闪光灯光线不会喧宾夺主。



成功的闪光灯补光不是喧宾夺主，而是作为已有环境光线的补充。在保证人像自然的真实的前提下，避免阴影处的一片漆黑。

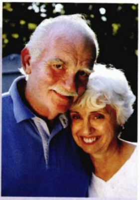
http://geshengyijiu.ctdisk.com

反光板

尽管反光板并非是什么了不起的设备，但却是任何一本人像摄影中不可缺少的角色。任何可以反射光线的设备在拍摄时都可以充当反光板的作用，在拍摄时照亮画面主体的暗部，与闪光灯补光有异曲同工之妙。当然，反光板除了可以控制光线角度，还可以改变补光光线的颜色。

市面上有一种可折叠的反光板出售，能够装在一个很小的袋子里，方便随身携带使用。比较便宜的做法是使用一大块白色泡沫塑料板在上面附上反光铝箔，甚至用一块厚纸板替代也行。这些材料很容易就可在附近的美术用品商店或摄影器材城买到。

反光板表面质地与颜色的不同会给照片带来截然不同的效果，白色反光板是最常见的一种。镜面反光板通常有白色和金色两种颜色可选，它们比磨砂反光板能够反射更多的光线，因此反射回来的光线也更强、更硬一些。金色反光板可以给照片带来额外的暖色调，可以为画面带来夕阳西下的感觉。



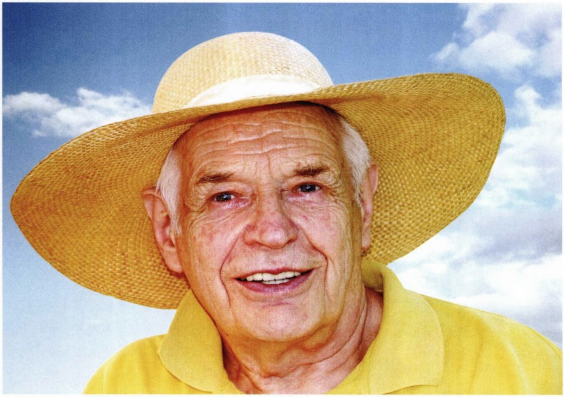
金色反光板可以给画面带来暖色调。

强烈的阳光下，反光板可以实现非常良好的补光效果。

强制闪光模式

在强制闪光模式下，闪光灯会以最大功率释放光线，也就是说闪光灯会成为画面中的主光源。这一点与补光闪光模式不同，后者只是适度照亮画面暗部，而不是试图成为画面中的主光源。强制闪光模式最常用在被摄者完全受到背光照明，且背景亮度与被摄者面部亮度相差巨大的情况下。如果不开启闪光灯，只可能得到一张剪影作品，被摄者的所有细节完全被阴影遮盖，无法识别。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



背光环境也就是背景光线强度远远大于人物正面光线强度的环境，例如说人物站在窗前或太阳等光源前方的环境。这样的环境下拍摄，如果不给予人物正面足够的光线照明，那么最终得到的照片就是一张剪影。

在阴云天气开启强制闪光模式拍摄，闪光灯作为主光源照亮被摄人物，四周环境依旧处于氤氲的环境光照，会使得人物成为最终拍摄结果中的唯一亮点。

强制闪光灯也可以用来表现被摄主体与环境光之间的差异，让他们从环境之中“跳”出来，在画面中占据更多的主导地位。

夜景闪光模式

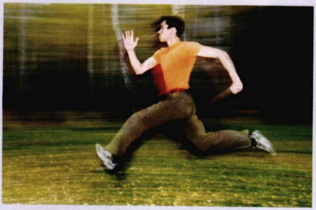
日落时分、华灯初上、灯火阑珊，这都是使用夜景闪光模式的绝佳时机。夜景闪光模式在开启闪光的同时，会保持相对较长的快门速度继续曝光背景，使得闪光灯无法完全涵盖的背景也能得到正确曝光。也就是说，在夜景闪光模式

http://geshengyijiu.ctdisk.com

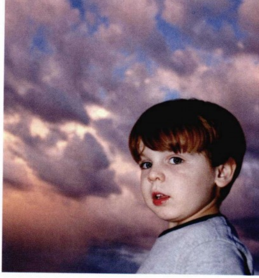
闪光与运动

如果在使用夜景闪光模式或慢门同步闪光模式的同时，背景处于运动状态，那么可以得到非常奇特的画面效果。闪光灯凝固了近处主体的动作，但是背景的一切却处于运动模糊之中。例如说乘坐过山车、转盘，或者在车来车往的马路前面时拍照，都属于这种情况。如果被摄者与相机之间的位置也发生变化，还可以得到更加奇特的效果。闪光灯可以凝固被摄者的运动瞬间，但是他依旧会在整个快门开启的时间内留下自己的轨迹，会造成鬼影似的边缘。这些效果非常有趣，值得尝试并掌握。

由于摄影师位于转盘的中心，所以这些小孩在拍摄过程中和相机的位置是相对静止的。夜景闪光模式照亮了他们，留下了运动模糊的背景。



上图中，被摄对象本身处于运动状态。夜景闪光模式凝固了他凌空的一瞬，但是依旧在他的运动轨迹上留下了一道身影。



如果不用闪光灯，根据曝光值的不同，这张照片要么变成一张霞光掩映下的人物剪影，要么变成一张背景泛白的男孩肖像。

下，背景不再是漆黑一片，而是有落日、灯火，或者其他色彩斑斓的背景点缀。

部分高端小数码及数码单反相机上使用的闪光灯可以根据需要调整灯头闪光方向。将灯头朝上借由屋顶反射光线，可以比内置闪光灯得到更为柔和的照明效果。图片来源：柯达公司

http://geshengyijiu.ctdisk.com

什么时候需要使用闪光模式

拍摄环境	希望达到的效果	对应闪光模式
远处的人物	你的小闪光灯不可能照亮一个体育馆里面的运动员。对于远处的人物，直接关闭闪光灯	关闭闪光灯，并端稳相机。最好把相机搁在一个稳固的平台上，或使用三脚架
微距	在微距模式下拍摄，被摄物体很容易因为闪光灯光线而过曝	关闭闪光灯，并端稳相机。最好把相机搁在一个稳固的平台上，或使用三脚架
户外明亮的阳光下	照亮面部的阴影区域，特别是被摄者戴着帽子的情况下	如果被摄对象处于闪光灯的有效范围内，选择补光闪光。大部分数码相机上的闪光灯有效距离为1~4m
逆光环境，剪影	霞光或灯火前的人像剪影	关闭闪光灯，并端稳相机。最好把相机搁在一个稳固的平台上，或使用三脚架
逆光环境，不需要剪影	既保留绚烂的背景光影，同时又能看清人物的面部表情	选择夜景闪光模式，有的相机上又被称为慢门同步模式。如果相机不提供该模式，可以尝试强制闪光、补光或自动闪光模式
"光线"是需要捕捉的主题	光线是拍摄主题本身。例如落日、烟火、霓虹、灯红酒绿等	关闭闪光灯，并端稳相机。最好把相机搁在一个稳固的平台上，或使用三脚架。这样做可以减少因长时间曝光带来的模糊现象
消除红眼	在弱光环境下拍摄，同时又需要避免红眼效应	选择防红眼闪光模式，或增加环境光线强度

高级小数码相机上的闪光模式

一部分高端小数码相机提供了更加全面的功能与设置，这类小数码大部分都带有可以外接闪光灯的热靴，并能实现内置闪光灯无法实现的一些功能。但无论如何，它们所能提供的功能都无法与数码单反相机上提供的测光与曝光功能相媲美。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

数码单反相机与闪光灯

数码单反相机与普通小数码相比，提供了更多闪光拍摄的可能性。市面上的大部分数码相机都提供了一个内置闪光灯，同时它们也都能方便地使用外置闪光灯系统。它们同时也能提供多种闪光测光模式以及不同的闪光方式控制，甚至还能支持高速闪光快门同步。这些功能的实现有赖于具体的相机与闪光灯型号。

数码单反相机上的闪光灯与模式选择

大部分数码相机都提供一个全自动拍摄模式，用绿色方框表示，这一模式下相机会根据自己的判断来决定是否使用机内闪光灯。另一方面，如果相机曝光模式设置为程序曝光（P模式）、快门优先（S模式或Tv模式）、光圈优先（A模式或Av模式）及手动模式（M模式）时，闪光灯的开启与使用方式则完全由摄影师本人决定。具体操作方式及功能详见相机说明手册。

除了使用闪光灯的时机以外，数码单反相机还允许摄影师设定闪光曝光值的测定方式。数码相机上最好用的闪光曝光测定方式被称为D-TTL测光方式，是英文通过镜头进行数码方式测光的简写。顾名思义，这一模式下相机根据进入镜头的光线判断所需的曝光值。这基本上是确定曝光值的最准确计算方式，因为其测量的光线值与感光元件最终拍摄照片时所感受到的光照值完全相等。相机首先发出一连串预闪光光线，然后根据测量到的反射结果、对焦点，以及其他参考因素确定所需的闪光曝光值。

除了D-TTL之外，相机还可以提供很多其他的曝光方式，但D-TTL模式基本上可以应对所有人像拍摄所需的状况，并实现非常优秀的拍摄结果。

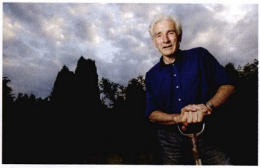
内置闪光灯

内置闪光灯在日常拍摄时非常有用，但是其位置和功率通常受到很大的限制。很明显，闪光灯位于镜头正上方并不是一个理想的位置，而且很容易导致红眼效果。但对于常见的户外拍摄补光而言，内置闪光灯还是可以胜任的。

如果你觉得闪光灯效果太强，压倒了环境光线，那么可以试着减小闪光补偿，或者退后几步拉开闪光灯和被摄者之间的距离。

供数码单反相机使用的外置闪光灯，功能比内置闪光灯强大许多，能给摄影师的人像摄影拍摄带来更多创意空间。图片来源：佳能公司

http://geshengyijiu.ctdisk.com



闪光灯位置位于相机左方，这给老人的脸一侧带来了一些阴影，使得画面更富立体感。

拍摄这张乐队照片时，闪光灯位于相机上方高处，形成了聚光灯或街灯的光线效果。

外接闪光灯

数码相机最突出的功能之一也就是它可以支持外接（也叫热靴闪光灯）闪光灯系统了。大部分相机制造商都可以提供一系列功率不同、功能各异的闪光灯供用户选择。这些闪光灯既可以直接连接在相机上，也可以通过同步线与相机连接。外接闪光灯有如下几大优点。

1. 他们使用独立的供电单元，功率比内置闪光灯更强。
2. 他们回电更快，因此两次拍摄无需太长等待时间。
3. 大部分外接闪光灯的灯头方向都可以改变，因此可以使用屋顶或其他反射面反射光线以得到更为柔和的光照效果。
4. 大部分外接闪光灯都可以搭配柔光设备使用以获取更理想的光照效果。
5. 大部分外接闪光灯都可以通过同步线或无线引闪器离机使用。这样做避免了闪光灯与拍摄机位雷同，因此可以得到更好的拍摄效果。

闪光灯放在照片右边，通过无线引闪器触发，其光线与夕阳西下的效果完美融合在了一起。

如果你决定购买一款外接闪光灯，请首先确认它是否可以与你手中的相机配合。也就是说闪光灯和相机之间可以交流曝光与对焦信息，拍出更好的照片。外接

http://geshengyijiu.ctdisk.com

闪光灯最好可以支持D-TTL闪光，能使用预闪光信号供相机内的微处理器处理，这样得到的闪光数据精确度远超出闪光灯上的外置传感器得到的数据。这样做有助于得到更好的拍摄结果，特别是复杂光照环境下的拍摄结果。

很多高端外接闪光灯可以将闪光光线与环境光完美融为一体。也就是说在以闪光灯作为主光源的同时，完美地记录亮度较弱的环境光线与氛围。就类似于我们在前面提过的，某些卡片机上提供的夜景闪光模式或慢门闪光模式。

使用外接闪光的时候也可以减少闪光灯光线强度，仅仅是照明画面暗部或者给人物增添眼神光。这类调整通常称为闪光曝光补偿。有些闪光灯允许摄影师直接在上面调整闪光灯的闪光补偿值，也就是说摄影师可以根据需要随时调整闪光灯的输出功率。

有些相机可以使用不同闪光灯输出功率拍摄一系列照片，这一功能被称作闪光包围曝光。相机自动使用不同闪光灯曝光设定拍摄一系列照片，在摄影师需要快速实验不同曝光值带来的效果时，这一功能尤其适用。这与自动包围曝光是两个不同的概念，使用自动包围曝光相机会同时更改曝光值与闪光灯输出功率。

高端外接闪光灯通常都可以根据需要调整灯头方向。将灯头方向指向屋顶或墙壁等反光面可以带来十分柔和的光线，这通常可以让人像拍摄结果更为讨人喜欢。有些外接闪光灯还可以从相机上拆下来，手持或放置在不同位置以实现不同的光照效果，例如说侧光或顶光等。这种情况下，闪光灯通常通过无线信号触发。另外，几个闪光灯还可以设置在同一频率上以实现影棚中才能具备的多灯照明效果。

外接闪光灯的局限

尽管有些外接闪光灯的功率非常强大，但是也不至于大到没边。使用闪光灯之前首先确定它们可以覆盖到相机镜头所支持的距离。提高相机感光度摄影可以增加闪光灯的有效距离，但是这样做会带来很多噪点。所以说，指望用一个闪光灯点亮整个公园这样的想法是非常不现实的。

另外一点局限性就是闪光灯的照场面积，当然这一问题只有在相机使用超广角镜头时才可能出现。如果相机所能涵盖的范围超过了闪光灯的覆盖范围，就会形成聚光灯效果，只有画面中间一部分被闪光灯照亮，四周则依旧曝光不足。如果外接闪光灯支持灯头变焦，或者可以外接柔光片，那么可以解决这一问题，但是这样做又会对闪光灯的覆盖距离产生影响。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

在闪光灯说明书上，可以查阅到闪光灯的有效照明范围。在感光度设置较低的情况下，闪光灯的照明范围也相对有限。

如果闪光灯并非针对数码相机上所安装的镜头设计，在使用广角镜头时，可能会造成画面暗角。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

第六章 人像摄影的风格

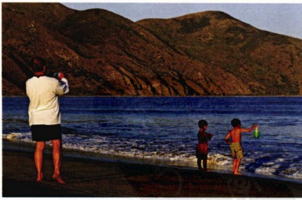
6

本章我们首先从随手拍摄的生活记录照开始谈起，一直讲到需要姿势布景配合的正规肖像照。无论是被摄对象还是摄影师，本身都可能有成为优秀模特与人像摄影师的潜质，但在开始拍摄前不免会有些战战兢兢。这就是为什么我们需要循序渐进地进行讨论。对于模特来说，他们的忐忑更多来自于以前的那些难看的照片。对于摄影师来说，他们的不安则在于害怕用镜头侵犯到他人隐私，或担心自己的作品不足以令模特满意，还可能两者皆有。但如果你能坚持看完本章的内容，并勤加练习，所有这些不安与担心就将成为过去。

抓拍

只要是被摄对象完全没有意识到，或者忽略掉摄影师的存在，那么这种状况下拍摄的人像照片都可以称作偷拍。偷拍对于摄影师也是一个宝贵的机会，可以让你自由尝试不同的相机操作方式以及操作技巧，而不用担心被摄对象会对最终的拍摄结果有什么期望。

最简单的方法就是把相机镜头调整到最长焦距上，然后躲得远远地观察被摄对象的一举一动。如果是数码单反相机的用户，需要做的是更换一支长焦镜头，焦距最好在200mm以上。



http://geshengyijiu.ctdisk.com

拍照时既可以使用取景器观察取景，如果是小数码或者是支持液晶显示器取景的数码单反相机，也可以使用机背液晶屏取景。使用液晶屏取景可以让偷拍变得更加容易。

看看右边拍摄于海滩和公园的两张照片，画面中的人物根本就没有注意到镜头的存在，他们只是自己走着自己的路。这算是人像摄影吗？你说呢？他们的双眼并没有与镜头交流，而是注视着身边的人，这给照片增添了更多的韵味。我们既可以从照片中看到他们之间的情意，也能够分享他们在海滩或是公园的美好一天。

下面这张“小狮子”的照片使用长焦镜头拍摄，长焦镜头摄影师在很远的距离依旧可以偷拍到这张可爱的大头照。这个小可爱根本没有意识到拍摄者的存在，摄影师才能够捕捉到这样一个可爱的瞬间。

在一次人像拍摄过程中，这对夫妇按照我的要求在湖边往返走了一遍，而我抓拍到了很多他们走过来走过去的镜头。这是我最满意的一张，它完美诠释了当时的氛围。

偷拍得到的人像摄影作品，更具纪实摄影的味道。这张照片是属于这对祖孙俩的温馨瞬间，就和上面的那张照片一样，这也是一幅从背后拍摄的人像摄影作品。

使用长焦镜头可以在很远的距离上拍到非常清晰的照片，这使得摄影师可以在被摄对象全然不知相机存在的情况下，捕捉被摄者的一颦一笑。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

多多练习从较低机位偷拍的技巧。如果你不把眼睛凑到取景器上，很少有人会意识到你正在拍照。

使用镜头的长焦端让被摄对象充满画面，或者用广角端记录下他们的活动场景。镜头的两个极端往往是最好用的两个焦段。

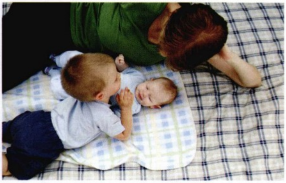
小孩子很难听话去亲吻她刚出生的小弟弟。但是如果时刻准备好自己的相机，捕捉到这一画面也许并没有那么难。

使用广角镜头在近距离偷拍

当你与被摄对象靠得很近，你就很难再保证自己不被人发现而随心所欲偷拍了。你很难在不干扰被摄对象的情况下掏出相机，特别有不少人有很强的相机恐惧症。不过即便如此，还是有机会在这种情况下进行偷拍。

我可以传授大家一种很管用的偷拍技巧，完全可以在被摄对象毫无意识的情况下拍摄照片。首先把相机设置到最广的广角端，也就是最短焦距，然后靠近被摄对象。靠近时的关键在于要拿低相机，从较低的角度拍摄，不要看着液晶屏，更不要看着取景器。试着凭感觉用镜头瞄准背身对象，然后悄悄按动快门，相机一般都能妥善处理对焦与曝光问题。当然，这么做很可能拍到一些构图诡异的结果，甚至还有些时候我的照片里面根本找不着人。不过怕什么呢，删掉就好。只要能得到一张令人满意的照片，那么这么做也就值得了。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



生活写真

我们在前面简单谈到了生活写真类人像摄影。这类照片在拍摄时被摄对象可以意识到摄影师的存在，但是并不把这种存在当作一种威胁，因为摄影师并非让他们“靠墙站好，一、二、三，茄子”。

这里，摄影师是用手中的相机记录下生活中幸福愉悦的点点滴滴。如果你常常把相机带在身上，你的家人和朋友最终会对你的镜头感觉到习以为常。无论是学步的婴儿、做功课的少女，还是购物、逛书店，对摄影师来说这都是很好的拍摄对象与拍摄时机。这些日常生活中的点点滴滴，在几年后最终能汇聚为涓涓细流，在我们一一翻看时温暖我们的心灵。

现在的数码相机已经远比其前辈轻巧，很容易随身携带。养成这样的习惯，你很快会惊讶于自己能在这样日复一日的拍摄中留下多少优秀的人像摄影作品。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

对于一个小的全家福来说，“好的，坐下来”是一个最简单的摆拍口令。

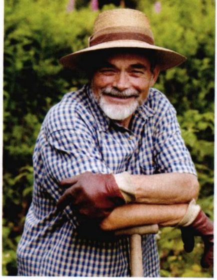
摆拍

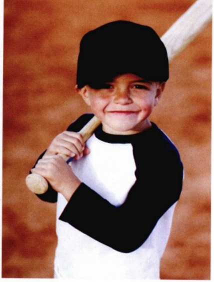
接下来就是摆拍了。你可以给被摄对象一些简单的动作指示，通常都能得到不错的收效。例如说“拿着电话，好的，然后面朝我”，或者是“抱着你的狗，然后看这边。”在给出动作指示的时候，没必要精确到每个具体的细节，只需要给出大致的动作方向然后由被摄对象自由发挥。

摆拍也不一定意味着必须要明确指示被摄对象的动作姿势。例如说在被摄对象工作的时候喊喊他们的名字，让他们给你一秒钟时间看着你让你拍摄一张照片，同样也是一种半抓半摆的拍摄方式，这也是我最喜欢

http://geshengyijiu.ctdisk.com

在你的被摄对象忙于日常工作的同时，你就应该准备好自己的相机。在你喊出他们名字，打断他们工作的时候，就应该按下快门了。

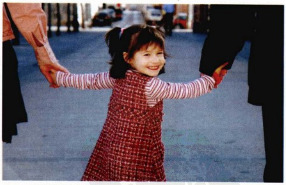




的拍摄方式之一。对于一位时刻准备着的摄影师，一秒钟的时间足够拍摄一张优秀的人像作品了。通常来说，最佳的拍摄时间往往出现在最不经意的那一瞬间，对于那些害羞的被摄对象来说尤为如此。

右边这位小女孩的两张照片可以让我们很明显的看到摆拍和半摆半抓的拍摄方式带来的区别。尽管画面上看来区别不大，但是带来的心理感受却相去甚远。上面的一张照片依旧留有摆拍的痕迹，而下面一张照片中绽放的表情则明显更加自然。我们明显可以从她的笑脸中察觉到她快乐的小秘密，让我们不由得开始幻想她们一家子想要去干什么。

让我们继续回到之前的话题。教人摆拍的时候还可以用一些提示性的话语，例如说“再大胆一些”，或者是“把手摊开”等等。或者你还可以当一把大导演，让被摄对象干些有趣的事情，例如说爬树、打滚，或者在床上蹦来蹦去。



上面一张照片尽管看上去不错，但是仍摆脱不了摆拍的嫌疑。下面一张照片与之相比明显更自然，也更富有个性。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

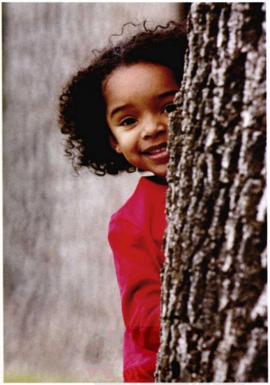
让照片动起来的一条方式是要求被摄对象手拉手向你奔来。

鼓励被摄对象动起来。“给你妈妈一个热烈的吻”，让摄影师捕捉到这张体现母子真情的照片。

在当了十几年的乖宝宝以后，让这些年轻人在床上蹦起来，可以得到很有趣的拍摄效果。

躲猫猫

每个小孩都玩过躲猫猫的游戏，在拍摄小孩的时候，这也是一种很合适的拍摄方式。在公园里拍摄的时候，我喜欢躲在树后等待游戏开始，准备好手中的相机。等到游戏开始，想要拍摄几张精彩的照片，实在是太容易了。



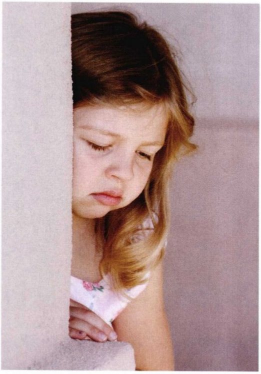
躲猫猫是每个人童年时都会玩的游戏。我喜欢在这一游戏过程中捕捉小孩子们，甚至对于成年人，这一招有时也能奏效。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

笑脸与苦脸

如果你喜欢拍摄小孩，那么一定在拍摄时始终保持轻松愉快的心情，不要把这当作是一个苦差。在拍摄小孩的时候，我总会不断要求他们保持微笑。即使你并不觉得他们的表情精彩，但是一定要记得捕捉他们每一张笑脸，这样做不光很有趣，还可以让氛围轻松起来。

除了笑脸以外，小孩子有时候也会表现出下图那般痛苦的神情。对于小孩子来说，生活中的甜蜜与痛苦似乎永远是一半一半的。



不是每一张照片里面的主角都必须露出笑脸。

在开始或结束拍摄时，记得让被摄对象做做鬼脸。无论是对于小孩子还是成年人，这一招都会让拍摄过程轻松愉快。

道具

道具的出现可以让画面变得更加充实，它们既可以为画面奠定基调氛围，又可以用来说明人物，还可以为画面增添色彩。如果你想让人物显得更加自然随意，给他们随便一些小道具把玩也可以让他们更加放松。

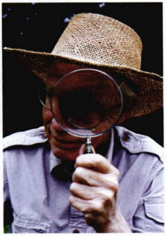
上面一张照片中，巨大的南瓜灯让这位小园丁显得矮小。而在下面一张照片中，椅子的出现更是让我们清楚地意识到这个小女孩到底有多么小。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

喜欢的玩具或布娃娃一方面可以让小模特们放松，另一方面也可以让我们借此一窥他们的内心世界。

简单一些的内容是让小孩子们在圣诞树下扮演睡着的天使。复杂一点的照片则可以让小孩站在飘满泡沫的浴缸里面，涂满满面的肥皂泡。

摆拍这样的照片绝不是什么误导观众的欺骗行径，你还可以通过冲印，将这些照片制作成贺卡，送给朋友们。



我的叔叔非常热爱大自然，每当他看到一处好玩的花草，总会像福尔摩斯那样凑上前去。所以我们非常喜欢他拿着放大镜的那副样子。

给贺卡找点题材并不是什么麻烦事情。这里的小模特就十分配合，按照我们的要求睡了下来。

布景

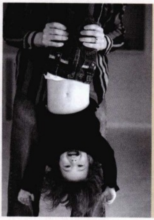
每个人心里都住着一个演员，特别是小孩子，他们十分热衷于出演各种各样的角色并在相机前留影。这些看上去好像是在生活中随手拍摄的作品，最终可能是他们演艺才华的完美体现。

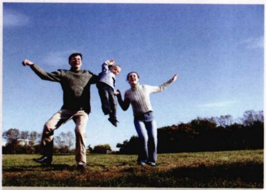
为了拍到这张照片，摄影师精心安排了两个小孩，还为他们调整了所有肥皂泡的位置。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

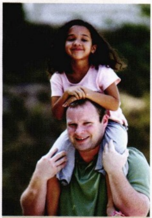
打破成规

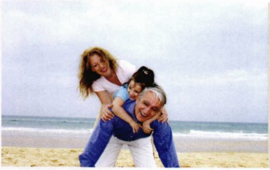
经典的人像摄影姿势与构图毫无缺点，这类照片也是所有相册中必不可少的。但是除了这些呆板的照片，是不是还应该保留一些更具活力的影像呢。这里的照片也许能给大家一些启示。





http://geshengyijiu.ctdisk.com





http://geshengyijiu.ctdisk.com

拍摄婴幼儿的一些技巧

蹲下来

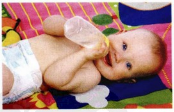
我们之前讨论过眼平原则，这条原则同样适用于婴幼儿肖像的拍摄。在拍照时，把相机放低，直到和他们的眼睛处于同一水平线上。如果你实在不愿意趴在地板上，那么把他们抱起来拍摄也是一种选择。上面这张宝宝靠在大人肩膀上的大头照就是一个很好的例子。

打破眼平原则

从高处拍摄，同样可以得到很漂亮的宝宝照片。从上往下的视角可以突出孩子们的娇小玲珑，他们的摇篮就是这类照片最佳的拍摄地点。

使用最为柔和的光线

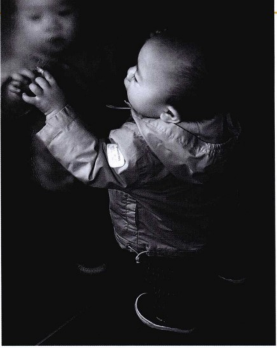
小孩最适合在非常的柔和的光线中拍照，例如说背向窗户里照进的光线。这样的光线会让襁褓中的婴儿显得尤为可爱，仿佛沐浴在清晨的阳光之中。



背景选择

浅色系色彩与柔和光线的搭配最适合作为婴幼儿照片的拍摄场景。最好使用类似于那种简单的毯子作为背景。而过于花哨复杂的背景很容易分散观众的注意力。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



对世界的好奇

随着小孩一步一步长大，记得给他们留下一些生活写真。特别是他们学习和探索世界的过程，这都会成为日后的一笔宝贵财富。

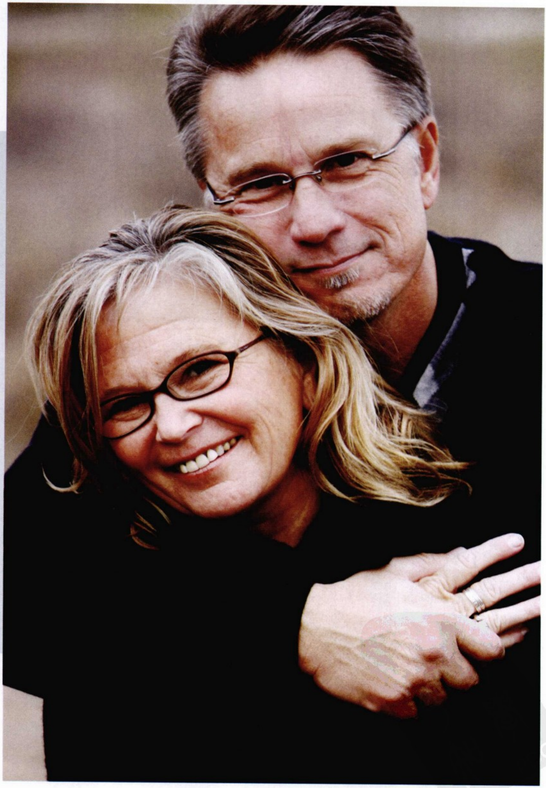
尺寸对比

想知道婴儿的个头儿到底有多么小吗？在拍照的时候把父母的手也包括进去，以便对比。这样的照片最终会成为反映婴儿成长的一个记录，供人回味。

使用曝光补偿

在拍摄包裹在白色床单中的婴幼儿照片时，常常会得到黯淡、缺乏细节的照片。这是因为大面积的白色会影响相机对曝光的判断。如果相机支持曝光补偿功能，那么应该使用这一功能增加相机的曝光值。如果白平衡设置不当，在这样的环境中拍摄还可能导致照片偏蓝。

http://geshengyijiu.ctdisk.com



http://geshengyijiu.ctdisk.com

第七章 人物造型

7

我们在前面已经讨论了人像摄影的风格以及拍摄技巧，接下来我们看看在人物造型方面，又有哪些技巧可以帮助我们提高自己的拍摄水平。

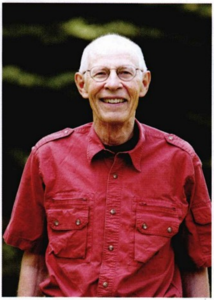
躯干造型

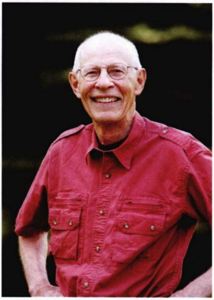
如果说偏离中心的构图可以给画面带来更多活力，那么毫无疑问摆脱正立姿势可以给人像带来更多的魅力。没人会对自己身份证上的照片满意，很大一部分原因就是因为证件照这种方方正正的造型与构图本身就不会讨人喜欢。

一般来说，进行人像拍摄时，最好让被摄对象的身体与相机保持一定角度，这和人物面部朝向并不相悖。下面这幅国家级速滑运动员肖像就是一个很好的例子。她的肩膀与相机之间大约呈45度，而面部正对相机。一般在拍摄时，我会要求被摄对象慢慢转动他们的身体，当我觉得角度达到我理想的状态，我会说“好的，停。现在，脑袋转过来看着我，身体不要动。”

我首先让模特身体侧过来一些，使得两肩到镜头的距离略略错开。然后我让模特转回头来，面对相机。

http://geshengyijiu.ctdisk.com





身体与相机之间保持一定角度得到的拍摄结果远比像呆呆的正站着要好。如果发现被摄对象正对着你站着，一定要及时纠正他们，摆出更合适的姿势。

我们在前面已经讨论过，人物在画面中的位置不同会给画面带来截然不同的感觉。这一问题值得我们在这儿重复提及。对比右图的两张照片，除曝光不同带来的区别之外，更大的区别是他们脑袋的方向。男孩这张照片里面，他的头略微偏向画面中心，而且和观众有直接的眼神交流；而女孩这张照片里面，她的脸朝向画面边缘，双眼看着画面外而不是相机。这样的表情与构图方式给人带来一种不安定感，进而使人对画面中的少女境况产生担忧。

模特的不同神情给这两张构图类似的照片带来了全然不同的感觉，他们的头部位置和眼神方向同时强化了这样的差异。上面一张照片中，男孩眼睛直视观众，头侧向画面中心，可以产生更加温馨安定的感觉。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

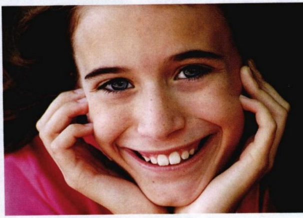
手部造型

想要得到十分自然的手部造型并非是一件容易的事情。大部分被摄对象在拍照的时候总会有一种不知道手怎么摆的感觉。因此掌握一些相关知识并适时给予他们指导，无疑会让他们的照片更加迷人。

如果他们的双手很干净，指甲修剪的也很工整，那么你大可直接让他们把双手摆出来。如果是拍摄面部特写，双手撑在下巴上是一个很不错的姿势，可以为面部形成一个框架吸引观众的注意。拍照时将双手当作画面构图的一部分予以考虑，以其对画面的影响判断是否应当将其放在画面之中。对于女性来说，从侧面拍摄会让双手看上去更为优雅，手指也更加修长纤细。这是直接拍摄手背或手心无法达到的效果。即使是最优美的双手，如果直接从正上方拍摄，同样也会显得大而粗笨。

但是对男性肖像而言，优雅并非是最为重要的考虑因素。因此双手在画面中哪个方向朝向镜头并没有太大差别。不过总体来说，侧边向外还是看上去更漂亮。强迫被摄对象双手侧面向外多少会让人有一些不自在，不过教导得当依旧可以得到既自然又优雅的姿势。双手捧脸就是一个不错的姿势。

如果你希望改变一个人的造型，你可以要求他一只手叉腰，或者把一只手插在口袋里面。这通常会让他们看上去更加精神。

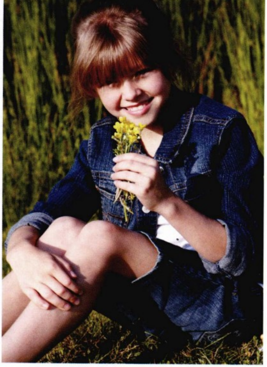


双手撑在下巴上可以丰富画面中的线条。

上面一张照片中的宽阔手背看上去明显不如下面一张照片中只露出手指优雅。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

面部彩绘也可以被认作道具的一种，给画面增加颜色和个性。



把花放在面前会分散观众对人物的注意力，放在脸侧则可以起到促进作用。

手持道具的造型

如果对于双手造型实在无计可施，那么可以试着让被摄对象在手上抓上点东西。一个小道具的出现可能给画面带来全新的亮点，无论是新摘的野花，喜欢的玩具，还是节庆装饰。不过要注意的是道具在画面中的位置，道具应该是为了加强画面效果出现，而不应喧宾夺主。右边两张手持小黄花的女孩照片中，花的位置是一个决定性的构图因素。上面一张照片中，放在下巴处的黄花十分容易分散观众的注意力。我们的眼睛很容易落到接近画面中心的黄花，而不是女孩双眼上。下面一张照片中，花的位置更高，我们双眼被花吸引，然后很快被引导至旁边的女孩眼睛。得益于此，这张照片显得更为成功。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

双人照造型

拍摄双人照对于摄影师是一个挑战。在过去，双人照里两个人总是肩并肩站成一排，互相之间没有任何身体接触。喊了这么多年的“再靠近点”以后，现代人拍摄双人照时多了一些勾肩搭背的动作，这可以让他们脑袋看上去更亲近一点。不过这都不是最理想的双人照。

如果被摄对象不只一人，那么拍摄时很重要的一点就是让他们看起来是一对，或者说一个整体。注意看右上方的那张照片，画面中的一男一女状若路人。这种情况主要由以下三种因素造成。

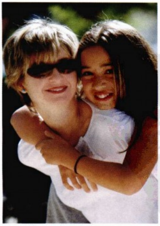
1. 他们之间距离隔的很远，他们的脑袋之间还留着很大的空隙。
2. 他们互相的眼神没有交集。
3. 他们背向而立。

无论是朋友，还是亲人，在拍照时如果手牵着手、脸贴着脸，那么他们之间无疑会显得更加亲密无间。让他们在拍照时前后错开一点，避免他们勾肩搭背时挤成一团，这看上去会很怪。让他们身体像右边两个小孩一样贴在一起，或者一个人完全靠在另一个人肩上。不过要注意，一定让矮的那一个站在前面！

其他类型的身体接触同样可以用来表现双人照里两者亲密无间的关系。额头对额头或者鼻子贴鼻子，甚至接吻都是可行的选择。同样都可以用来传递情感。

由于这两人背向而立，这张照片所传达的内容并非是沟通与交流。

给小孩子拍照时，让他们互相抱在一起可以让画面中的人物显得更加亲密，也不会留下什么摆拍的痕迹。



一个人趴在另一个人肩膀上的姿势，可以让他们的脑袋紧紧挨在一起，特别适合亲子照。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

耳鬓厮磨是最能打破两个被摄对象之间的紧张气氛，展现融洽关系的拍摄造型了。即使是动物摄影，也是同样如此。

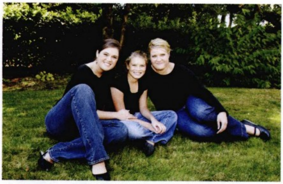
眼神交流

我们已经强调过人像摄影中眼神交流的重要性，以及眼平高度拍摄的优越性。那么在拍摄时，被摄对象眼睛的方向应该如何处理呢？特别是当画面中不止一人的时候，又应该怎么面对？眼神交流可以彻底改变一张照片的氛围。右表给出了一些常见的眼神交流方式带来的画面影像。

眼神方向

看着相机	当被摄对象直视相机时，照片的观众会觉得自己与被摄对象建立了某种联系。这是传统肖像画中的常用表现手法。应用在摄影中时，也是同样如此
相互对视	这是画面中的人物能过户之中表现其关系的一种方式。照片中传达的被摄对象之间传达的一种情谊
看着同一人	如果画面中的所有人都注视着统一中心人物，那么画面的主题就是这一中心人物以及其他人物之间与其的相互关系
看着画面外同一方向	这样的照片多少令人不快，但画面中的所有人物依旧看向同一方向，因此在情感上至少他们是统一的
看着画面外不同方向	这样的构图方式会让人觉得画面非常不协调，很难让人觉得画面中的人物相互关系很融洽。如果他们的身体也朝着不同方向，那就更糟糕

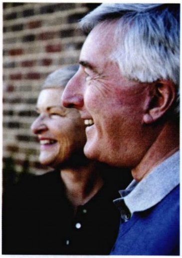
http://geshengyijiu.ctdisk.com



直视镜头会让观众产生与画面人物间的交流感。

与左列中间那张照片相比，这张照片中的两人除了眼神之间的交流，还紧紧拥抱在一起，因此显得更加亲密。

尽管他们俩的脑袋没有紧挨在一起，但是这对夫妻的眼神交流填补了中间的空缺。



尽管他们没有望着相机镜头，但是他们注视同一方向的目光依旧让我们感受到了他们之间的和谐统一。他们之间的影像交叠，以及女士朝向男士的身体方向，更加强化了这一感觉。

上面两张照片都是很好的合影，但是传达的内容却完全不同。当孩子和他们的父亲一起望着母亲的时候，母亲就成了画面的中心人物。或许会让观众猜测这是一张拍摄于她生日或母亲节的照片。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

这张照片会让观众觉得画面中两者没有丝毫关系。男的不光看向画面外，而且他的身体也完全背对着看着镜头的女士。

左边的这张照片中，女儿双眼直视镜头，她的母亲则显得有些心不在焉。这样的神情使得这张照片更像是一幅女儿的单人照，母亲只是一个跑龙套的。随着她们的眼神出现交集，下面这张图片才比较像是一张合影。

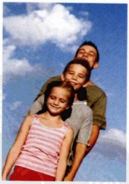
身高不均

身高不均的人站在一起拍照会给人物造型带来很大问题。如果是拍摄大头照，让他们坐下是一个简单的解决办法。如果是小孩和大人一起拍照，那么可以让小孩坐在大人腿上。

当祖孙俩站在一起时，他们的身高差异要显得比坐着时大得多。

照片中的欢乐气氛与亲密的构图弥补了母女两人之间的身形差异。

当然，摄影师同时也可以强调这样的身高差异，例如说右图这张不同年龄的三人合影。



摄影师用较低的拍摄角度体现了哥哥和他弟弟妹妹之间的身高差异。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

合影

随着画面中的人越变越多，如何处理每一个人的位置也就变得越来越棘手。很明显，让大家肩并肩站成一排并不是一个好主意，因为这会给人与人之间留下很多空挡。而且这样做也会在队列上下用去太多空间，显得人的脑袋很小，难于分辨。

有两种方法解决这一问题，这两种方法都可以使你的集体照更具冲击力。

1. 让两边的人往中间聚，这样做可以让整个团体显得更有凝聚力。如果大家是坐着，那么可以让所有人翘起脚，朝向中间。如果大家是站着，那么让所有人的身体都朝同一个方向倾斜适当角度。
2. 让所有人有层次的站在一起。例如说可以让大家分别站在楼梯或椅子上，形成几个高低不同的层次。这么做比让所有人站成一排节约了更多空间，每个人在画面中所占的面积都会显得更大。如果你在拍摄前用心调整每个人的位置，最终结果一定会让你觉得更加满意。

一代代摄影师都通过划分层次列队的方式拍摄了一张又一张优秀的合影照片。

通过改变这群年轻人的高度与姿势，摄影师成功打破了传统列队式构图的死板，让照片更显青春活力。注意摄影师是如何处理左右两侧人物朝向的。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

这一家子以最小的妹妹为中心，按照大小年龄从前往后站立。这样的做法让大家的脸分布在不同层次上，形成了关系紧密，视觉效果和谐的分布。

让这一家十七口人排在一起，工作量之大不亚于修一座通天塔。分成前后两排站立可以让他们之间的关系显得更紧凑，而统一的着装更强化了他们之间的家庭概念。

我最喜欢的合影方式是让大家如同交响乐队那样拍好。首先我会找一个适合大家按照高矮层次站立的地方，例如说刚才提到过的楼梯。一堵矮墙也可以起到类似的效果。可以让一部分人坐在墙上，然后其他人站在墙后。如果人数特别多，还可以让小孩站在第一排，大人站在第二排，青少年们站在或蹲在矮墙上。

下一步是使用三脚架支好相机，这样我的双手就可以解放出来，好比乐队指挥那样指导每一个人站到自己应该站的位置上，摆出应该摆的姿势。如果我也是合影中的一分子，我还会趁这个空档设置好自拍模式。

调整大家位置的时候，我首先会让长辈坐在画面的中心。他们年纪比较大，也更有耐心等待整个排位的过程。然后再让其他人在他们周围站好。队列的最前面一

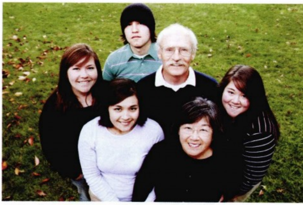
所谓的层层叠叠既可以像左图这样完全符合字面意思，也可以像下图那样仅仅是一种视觉效果的体现。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

排通常是小孩子和宠物。如果我也要参与到合影中，那么我会在最边上给我留一个位置。

拍合影的时候我一般都会多拍几张。人越多，最后的拍摄结果中越容易出现几个人的表情不是那么好。多拍几张可以在后期留下一些挑选余地，实在不行也能给合成提供一些素材。五张也好、十张也好，甚至是二十张，在拍摄前一定告诉大家你具体的拍摄张数，不然很可能你才按了一两次快门，大家就已经作鸟兽散了。

拍摄合影的时候，别忘了之前学到的其他拍摄技巧。例如使用长焦镜头从远距离拍摄，或者是使用不同的拍摄角度为大家留下一张别出心裁的合影。



从树上或者地上这样不寻常的高低角度拍摄，可以得到一些视角新颖的合照。但是视角变换，合影中人物的紧密关系却不能变。拍摄时要注意拉开相互之间的面部层次。

如果有足够的空间让你安排镜头机位，那么不一定非要使用广角镜头拍摄不可。这张照片中，摄影师就是站在桥边的岸上拍摄的。

如果你想要让大家排成一条直线，那么至少给这条直线增添一些趣味性。让他们向你发起总攻，或者是跳起来，或者是准备溜之大吉都行。这会让照片显得更有活力。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

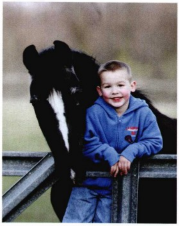
与宠物合影

蹲下来

即使是大型犬类，也要比大部分人站起来的高度矮很多。因此在拍摄时，被摄者最好能蹲下来，和他们的宠物保持在同一水平线上，这样就不会因为高度差异过大而造成画面不和谐。

近一些

使用一些手段让被摄对象和动物之间的关系更加亲近一些。找些它们喜欢的食物是最简单的方法。例如说在口袋里装一个苹果，很容易就会让马凑你更近一些。往脸上涂一些花生酱毫无疑问会骗来一只大狗的热吻。



抱起来

如果是小动物，也不妨把它们抱起来拍摄。但是千万要注意，一定不要把那些有攻击性的宠物抱得离脸太近。即使是一只小狗，在这样的情况下也可以造成很大的危害。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

快一点

大部分动物都是天生的多动症患者，所以好的拍摄机会往往稍瞬即逝。多拍几次往往好过围着宠物拍个不停。一定在宠物烦躁前停止拍摄。

一堆宠物！

面对这样的情况，我唯一能说的就是“耐心、耐心、再耐心”。照片中的宠物越多，想把照片拍好也就越困难，这只能依靠不断的尝试。但是一定不要忘记刚才说过的：快一点。

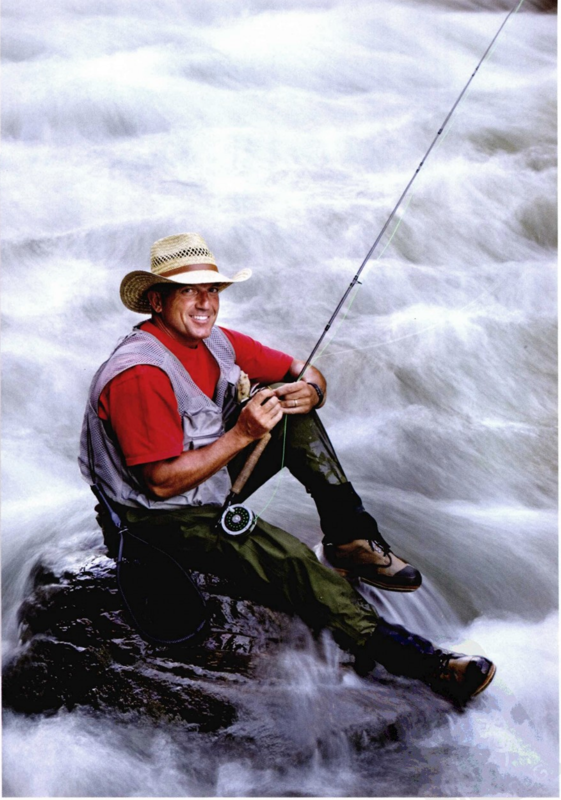
动物的喜好

最好的宠物摄影师一定也是优秀的动物行为学家。与其关心如何逼着动物们摆个漂亮的造型，还不如学学如何哄着它们老实点。在布景下面埋一块发热装置，爬行动物很快就会赖在这里不想走了；而在天气冷的时候，这一手基本能对所有动物都奏效。如果你学学前面勾引小狗的那一手，顺便把花生酱换成吞拿鱼沙拉，很快就轮到小猫来吻你了。

单独拍摄宠物

如果你只是单纯的想要拍摄宠物，那么你会发现本书中谈到的所有技巧同样也都可以用在它们身上。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

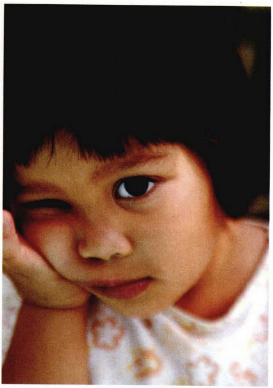


http://geshengyijiu.ctdisk.com

第八章 数码单反相机的使用技巧

8

如果你有一台数码单反相机，那么在摄影领域将有更多空间可供你大展拳脚。对于初学者来说，数码单反相机意味着功能更强大的闪光灯与效果更好的专业镜头。而随着摄影水平进一步提高，你很快就会发现数码单反相机不光可以带来画质方面的提升，更关键的是它还可让你根据自己的创意需要自由控制相机的曝光、对焦以及白平衡的设置。这正是通往摄影艺术的一条金光大道。



镜头

在本书前后各章中，我不止一次提到，“为了实现……效果，你需要把镜头从广角端变焦至望远端”。而当你接触数码单反相机之后，你会发现它可以支持的镜头种类更多，功能更强，优点也更加明显。

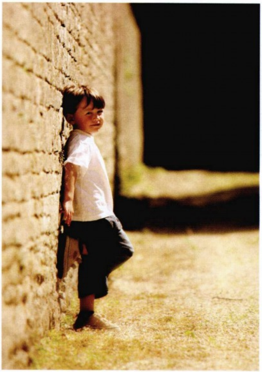
光圈为f/2.8、f/2甚至更高的镜头被称为大光圈镜头，允许摄影师在光线更弱的环境下手持拍摄。超广角镜头允许摄影师在狭小空间里拍摄

http://geshengyijiu.ctdisk.com

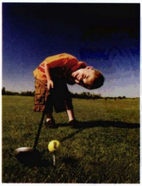
多人合影，记录更多的环境，或者是给画面增添特别的变形效果。超长焦镜头则可以让摄影师在很远的距离上得到内容丰满的照片，既可以用来抓拍，也可以用来表现人物的迷人细节。

一镜走天下的变焦镜头体积不大，却可以涵盖从广角到长焦的所有焦段，外出时无需携带多余镜头。微距镜头可以在远比普通镜头对焦距离近的距离上对焦，可以用来记录人物肖像局部。有一种称作柔焦镜的镜头可以带来特别的模糊效果。而Lensbaby品牌的镜头则可以根据需要，得到异常特别的虚化效果。

焦距在70mm左右的中长焦镜头很适合拍摄面部特写照。



使用大光圈长焦镜头镜头拍摄，可以将前景背景同时虚化，这样做可以让被摄主体在画面中更加突出。



广角镜头可以在拍摄时包含更多的画面内容。例如在拍摄全家福的时候把房子当作背景放在一个画面中。如果离被摄对象够近，可以创造出漫画版的扭曲效果。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

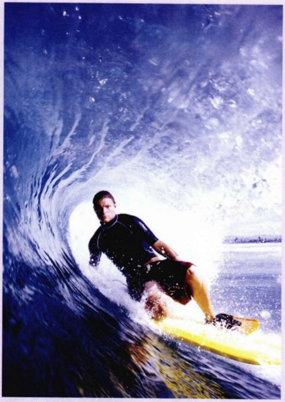
其他附加设备

除了镜头以外，数码相机还可以支持许多其他类型的附加设备，包括滤镜、闪光灯、遥控、甚至可以让相机在水下拍摄的防水罩等。

市面上不乏整本用来介绍滤镜的书籍，不过对于大多数人像摄影师而言，我想下述两种滤镜已经足够。

1. UV镜可以保护镜头不会被偶尔的污渍或硬物伤害。
2. 偏振镜可以减少眼镜镜片或背景中树叶、水面等反射物体上的眩光。在很多场合，偏振镜还可以起到压暗天空，加强云彩反差的作用。

在购买偏振镜时，一定要记住选购环形偏振镜，而不要选择线形偏振镜。后者会影响大部分相机的自动对焦与自动曝光系统的正常工作。另外，在购买滤镜时一定要选择那一类标注为数码摄影特别优化的产品。这类滤镜在设计时会根据数码感光元件及前方低通滤镜特性而做出特别优化。



防水罩允许摄影师在水下环境中拍摄。

这样的场景足以为难住大部分相机的自动对焦系统。幸运的是，使用数码单反相机的摄影师可以凭借手动对焦功能清晰地锁定女孩的面部表情。

手动对焦

大部分数码单反相机都提供了先进的自动对焦模块，即使对于高速移动中的物体也可以利落地跟上其动作。多点对焦系统对画面主体偏离中心的构图形式，也同样得心应手。但是在某些特别场合，自动对焦还是有失效的可能性，这时最好切换

http://geshengyijiu.ctdisk.com

到手动对焦模式。有时候自动对焦判断的焦点所在可能与摄影师的意图并不相符，手动对焦允许摄影师根据自己的拍摄意图自行决定对焦点。右图这张照片就是一个很好的例子，毫无疑问摄影师想要对焦到背后女孩的脸上，但相机却很有可能对焦在前面的算珠。

曝光控制

如何获得完美曝光是一个很高深的话题，但是曝光基本的概念却很简单：也就是光线通过相机镜头在感光元件上成像的过程。对于不同环境下的不同被摄对象而言，所需的正确曝光量也是不同的。

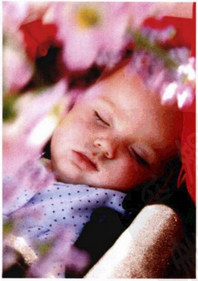
如何正确曝光是通往摄影艺术殿堂之路上最重要的一个环节，通过以下三大要素来控制调节。

1. 光圈大小：光圈大小也就是镜头开口的大小，决定了进入相机成像的光线数量多少。光圈大小同时还能决定最终成像时清晰范围的大小。
2. 快门速度：快门速度表示快门开启的时间长短，决定光线进入相机的时间。快门速度同时还可以决定机震或物体移动对最终成像结果清晰程度的影响。
3. 感光度设置：感光度表示相机对光线的敏感程度。高感光度设置下，相机会模拟对应胶片的感光能力等比例对光线信号放大增强。但是提高感光度也会造成噪点等负面影响。

本书之前介绍了不同情况下的感光度选择。尽管关于光圈和快门的知识已经超过了本书范畴，但它们对于摄影的重要性却是毋庸置疑的，因此我们依旧会对其进行简要的介绍。

光圈优先模式（A模式或Av模式）

如果景深，也就是前景与背景的清晰程度，是画面中最为关注的问题，那么在拍摄时应该优先选择光圈优先曝光模式。光圈优先模式下，我们可以根据自己的需要选择适当的光圈，然后相机会根据拍摄环境，自动选择对应的快门速度。如果你需要强调画面主体，那么可以选择f/2.8、f/4等较大的光圈以虚化背景。光圈读数值越小，其对应的开口也就越大。如果选择f/11或f/16等较小的光圈，则可以增加画面中的清晰范围。

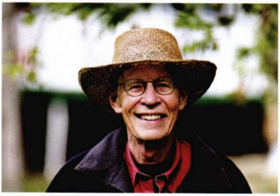


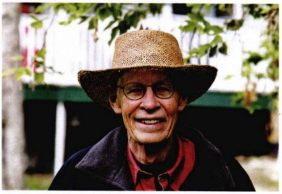
使用大光圈拍摄可以虚化前景内容，如同上面这幅照片，形成一个柔和的外框围绕在小宝宝的脸部周围。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

如果背景中所有的人都是清晰的，那么这位年轻的小提琴手很难成为画面中的焦点。f/4的光圈，配合长焦镜头使得背后的人群被虚化，同时还能保证在不开启闪光灯的同时也能记录这样的室内场景。

使用f/3.5光圈拍摄，女孩身后的老爸完全被虚化，使她成为画面中独一无二的焦点。





这三张照片从上到下分别使用f/2.8、f/8和f/32拍摄。画面中的背景随着光圈收小，越变越清晰，但与此同时对画面中主题人物的影响也越来越大。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

快门优先模式
（S模式或Tv模式）

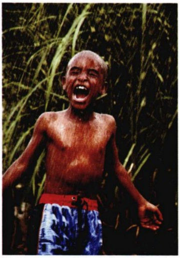
与光圈优先模式不同，快门优先模式由摄影师自行选择快门时间，相机根据拍摄环境自动选择对应的光圈大小。

如果你希望清晰捕捉物体动态，那么毫无疑问快门优先模式是你的最佳选择。1/500秒比1/50秒更快，也更适合清晰地凝固物体的动态瞬间。

低速快门下的移摄法

移摄法可以在快门速度较慢的时候帮助我们依旧得到优秀的照片。移摄法是在按下快门按钮之前，首先通过取景器观察使相机移动速度与物体运动速度保持一致。在熟练运用的情况下，运动物体可以在画面中保持清晰，而背景则跟随运动方向模糊。

尽管在拍摄移动的被摄对象时多使用高速快门，但如果想拍摄上图这样更富艺术性的虚化效果，就必须反其道而行之。选择低速快门，并使用移摄法跟踪被摄对象拍摄。



同样，选择低速快门也可以让雨点变成一丝丝的雨线，更富艺术气质。

高速快门可以清晰地凝固被摄对象的动态。

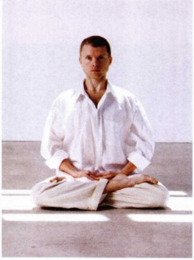
曝光补偿

完美的相机是不存在的，在光线复杂的情况下、拍摄浅色或深色对象时，相机往往就会弄不清如何正确曝光了。大部分数码单反相机和少数小数码，提供了一个被称为曝光补偿的功能，通常使用+/- EV表示。

当你在液晶屏上查看拍摄结果时，发现出现了过亮或过暗的现象，就可以使用曝光补偿功能重新拍摄修正曝光。拍摄结

http://geshengyijiu.ctdisk.com

背光情况下，直接拍摄会导致主体人物漆黑一片。增加曝光补偿值能以牺牲背景为前提，确保主体人物获得正常曝光。

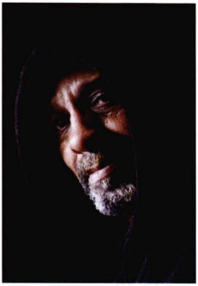


如果画面以白色内容为主，相机很容易出现曝光判断失误，而得到一张曝光不足的照片。拍摄右图这样的场景时，可以增加曝光补偿值，以获得曝光正常的作品。

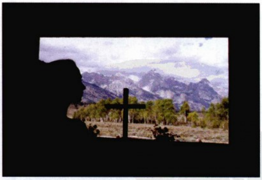
果发白、过亮，意味着需要“减去”一部分光线，即将曝光补偿负向调整。拍摄结果看上去太暗，意味着需要“增加”一些光线，即将曝光补偿正向调整。另外，曝光不足的照片一般会出现蓝色色偏。

手动模式（M模式）

数码单反相机还允许摄影师使用全手动模式曝光。这种模式下摄影师可以根据自己的需要调节光圈大小和快门速度。为了有效使用手动模式，摄影师首先需要掌握曝光的基本概念。否则，拍摄结果很容易因为过曝或欠曝而变得一无是处。当然，也并不要因此而畏惧失败，这样的失误可以帮助摄影师更好地理解光圈、快门和感光度三者之间的基本关系。对于数码单反相机而言，为了得到最佳结果而重复拍摄并不是一件什么复杂的事情，觉得不好的图片随时可以删除。大部分数码相机都会在取景器的下方给出一个参考数值，参考值会告诉你相机对于当前曝光设置的看法，是暗了还是亮了。



如果画面中的深色内容较多，曝光会变得很困难，根据自动曝光的指示拍摄，最终结果可能过曝。这种情况还会导致照片整体偏暗。降低相机的曝光补偿值拍摄，可以得到图中所示的正确拍摄结果。



如果希望拍摄剪影，同样也可以减少相机的曝光补偿值，具体减少的数量根据实际拍摄环境而定。另外，别忘了关掉闪光灯。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

http://geshengyijiu.ctdisk.com

第九章 图像处理软件

9

数码摄影为摄影师们开启了一片全新的艺术领域，当你把照片导入电脑你就会理解这句话的意思。通过Photoshop或Photoshop Elements这类图像处理软件，你可以修正图像错误，增强图像效果，甚至给图像带来全新的艺术表现力。而你需要付出的除了软件的购买费用，就是学习和掌握这些工具软件的时间了。

本章提纲挈领地介绍了我在处理人像摄影作品时使用最多的一部分操作技巧。通过查阅软件说明书或帮助手册更好的学习与掌握这些操作技巧，会使你的人像摄影作品得到极大的改善。在进行任何操作之前首先要记住一点，那就是一定要备份文件，给文件起一个新的名字并另存，否则原有的拍摄数据会被彻底损坏丢失。

裁剪

在电脑上浏览拍摄结果时，首先应该考虑是否需要对照片进行裁剪。问问自己："画面中是否还有我不需要的多余部分？画面中是否有影响主体的部分？"

对于这些问题，如果回答是肯定的，那么就应该首先裁剪照片。裁剪可以把一张垂直构图的照片变成水平构图，也可以把一张水平构图的照片变为垂直。不仅仅如此：参看右边这张男孩的照片，最终的裁切结果仅仅剩下了他的脸。这样的构图方式很可爱，完全超出了传统范围的界定。

在电脑上进行裁剪会降低图像的整体分辨率。虽然被裁减掉的都是画面中的多余部分，但是他们都曾经是整体照片中的一部分，在拍摄时都会占用相机像素。所以裁切实际就是抛弃了照片中的一部分原始像素。这也说明为什么我们一定要使用相机的最高分辨率拍摄。照片中的原始像素越多，可以承受的裁切程度也就越大，最终的处理空间也就更加丰富。

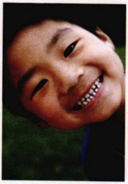
http://geshengyijiu.ctdisk.com

使用图像处理软件进行裁剪，最主要的目的就是为了移除画面背景中的干扰元素。

自动调整工具

大部分图像处理软件都会提供几款自动调整工具，可以对画面整体进行调整或修复。可以进行的自动调整的内容一般包括色彩、反差、亮度等方面。例如，数码相机的自动曝光系统很容易被明亮场景蒙蔽，所以类似于雪景这样的场景经常会出现欠曝。而且由于光线色温偏移的原因，在阴云天气中拍摄还会造成画面色彩偏蓝，这使得问题更加复杂。受到这样两大因素的影响，在雪天拍摄的人像摄影作品往往既偏色，又欠曝。通常情况下，自动调整工具可以同时修复照片中的色偏与曝光不足。如果程序提供了预览选项，那么你可以在最终确定前就能看到自动调整带来的修正效果。

不过在使用自动调整工具时需要注意，这些工具并非每每奏效，有时候它们会处理过头以至于损伤原始画面。所以为了达到最好的效果，还是应该花一些时间去掌握软件中的每一项工具，脚踏实地地进行手动调整。



使用裁切工具也可以用来变换一幅优秀作品的构图，使其成为一幅新的优秀摄影作品。

亮度/对比度

调整亮度对比度可以很快让一张灰蒙蒙的照片重新绽放光彩。亮度用来调整图像的整体明暗表现，对比度则调整高光、中间调与阴影三者之间的强弱关系。

亮度/对比度调整的主要目的是让一张在阴郁光线环境下拍摄的照片变得鲜亮。但是如果加大数值，使其效果夸张放大，还可以得到非常艺术化的效果。右上方那幅小男孩的照片就是一个例子。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

调节整体亮度与对比度可以改进数码照片的效果。

将亮度/对比度设置为最大值，可以得到与众不同的效果。在图层蒙版等其他工具的帮助下，摄影师调节亮度/对比度得到了上图所示的艺术效果。

减淡与加深

亮度/对比度提供的整体明暗调整足以应付大多数照片。但是有些时候也许你只希望调整照片中局部区域的明暗。减淡工具通常用来加亮画面局部，例如面部；加深工具可以压暗画面局部，例如背景，特别是背景中过于明亮的部分。

减淡工具可以选择性提亮画面中的部分区域，例如上面一张照片中模特的脸。

调节减淡和加深工具的尺寸和强度，可以让调整效果更加完美。一般来说，逐步调整得到的效果要比一次到位好。尽管这样做需要的整体调整时间更多，但是却可以让调整结果更加柔和自然。

修片

根据调整内容和希望达到效果的差异，修片可以很简单，也可以很复杂。最简单的修片也许就是拿掉背景中一些无用或者干扰主体的元素。复杂一些的修片则包括移除皮肤上的瑕疵、皱纹，让人看起来更亮等。

仿制图章工具是最简单的修片工具之一。其工作方式有些类似于传统印章，你从画面中的某一局部取样，然后将其内容叠印到画面中需要修改的部分，覆盖其原有内容。这一工具，既可以去除面部瑕疵，又可以移走背景上的垃圾。虚化的背景和草地、灌木等不规则纹理是橡皮图章最容易奏效的区域。

添加文字

在照片中添加文字对于所有图像处理软件来说都只不过是小菜一碟。你可以根据自己的需要随便写上任何内容，还可以调整它们的字体、尺寸、颜色以及位置等。选择字体颜色的时候需要谨慎。为了保证文字的可识别性，尽量选择鲜明的色彩，而不要选择容易与背景混淆的颜色。但同时也要避免蓝配黄、红配绿这样的让人觉得太过于刺眼的色彩搭配。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

摄影师可以根据需要在画面上添加不同尺寸、不同颜色、不同字体的文字内容。

移除红眼

使用闪光灯拍摄人像时，偶尔会出现红眼现象。在昏暗光线下使用小数码拍摄，这一现象尤为严重。消红眼闪光模式尽管可以缓解这一问题，但是不少人觉得消红眼时的预闪光一方面很不讨人喜欢，另一方面还会延误拍摄时机。大部分图像处理软件都提供了一键式红眼修复工具应对这一问题，只需轻轻一点就可以让被摄对象双眼重新回复到自然状态。

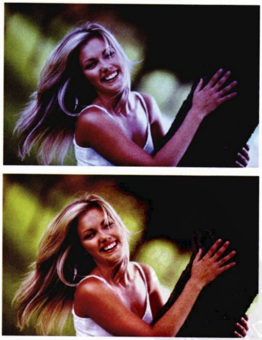
锐化——最易被滥用的工具

很多图像处理软件都提供了锐化工具，让照片变得更加清晰。不过很多刚入门的摄影师把它当做了拯救图像对焦不实的万金油。其实锐化工具的用途非常单一，而且一般不宜过度使用。锐化图像并不是毫无代价的，某些情况下使用锐化工具会严重损伤图像画质，甚至带来明显的画面瑕疵。得到清晰图像最可靠的方法还是从拍摄做起，而非寄希望于后期处理。只有在无计可施的情况下，再使用锐化工具做一些补救措施。增加对比度，在某些时候也同样行之有效。

色彩校正

照片中出现偏色并不是什么罕见的事情。在第1章和第4章中我都已经分别提过，不同的光线有不同的色彩倾向，而相机上的白平衡设置则可以在一定程度上修正和避免偏色问题。

但是很多图片依旧会出现轻微的偏色问题。很有可能在未经修正和改善之前，你根本都不会意识到这一问题的存在。Photoshop和Photoshop Elements两款软件都提供了一种叫做“变化”的工具，可以很容易调整色偏。这款工具界面会在中间



使用图像处理工具可以轻松解决上图中出现的偏色问题。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

显示原始图像，然后在图像周围分别显示图像偏红、偏绿、偏蓝、偏青、偏黄和偏品，以及偏亮偏暗时的效果。根据自己的喜好点击任何一个调整方向，就可以轻松校准色彩。其他软件多半也提供了功能类似的滑块以供调整色彩。

风格模式

很多软件里都提供了几种不同的风格可供选择，一键点击便可以迅速让照片变成对应的风格。最常见的风格包括彩色转黑白、做旧、海报化、高饱和、双色调等。还有一些高端滤镜可以创造更为艺术化的效果，例如将照片转化为油画或彩笔画的效果。

黑白效果会让照片产生别具一格的味道。看看自己的软件是否支持黑白或灰度效果，还有些软件管这种效果叫做单色调处理。但是它们的功能都是消除画面中的所有色彩使其表现类似于传统黑白照片。

将黑白照片转换为彩色模式，然后再进行一些处理可以给照片增添更多韵味。转换到彩色模式以后，可以使用色彩平衡或变化工具调整照片的色调。最常见的色调是棕色调和冷色调。

增加颜色或消去颜色

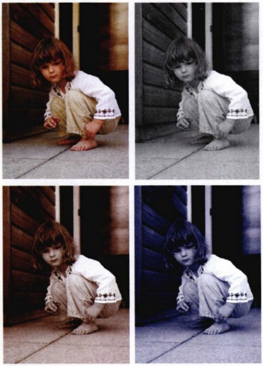
给黑白照片加上一些局部色彩还可以让照片看上去有老式手工上色的效果。把照片直接打印出来，然后使用水彩或油画颜料直接上色当然是最直接也是最传统的一种方式。但当你熟练掌握图像处理软件以后，完全可以通过图层与不透明度调整用数码化的方法实现相同的效果。对于彩色图像，还可以在调整图层和图层蒙版的帮助下，降低画面中部分区域的饱和度。同样也可以达到老式手工上色照片的效果。图像后期处理的可能性是没有穷尽的。

数百年前，人们就已经开始使用手工上色工艺为画面局部增添色彩。使用图像处理工具同样可以实现类似的效果。

有选择地降低画面色彩饱和度可以给照片带来复古的褪色感觉。

摄影师可以根据自己想要达到的艺术效果任意调节画面颜色。

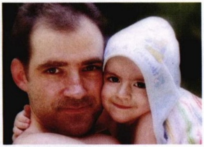
http://geshengyijiu.ctdisk.com



电脑可以很快将一幅彩色照片转换为黑白。尽管对于大部分人而言，“黑白照片”的意思就是没有任何颜色，仅仅由黑白灰组成的照片。但实际我们无需拘泥于此。给照片加上蓝色、棕色等复古色调或者别的什么颜色，是一件非常轻松的事情。

柔焦与虚焦

高端图像处理软件会提供一款特殊的滤镜以模拟大光圈镜头的效果，控制景深。这类滤镜既可以针对画面整体进行处理，又可以针对画面局部。这幅父子俩的合影，就在高光处添加了一些模糊的效果。



柔焦效果可以通过滤镜或Lensbaby一类的附件安装在相机或镜头上直接拍摄实现，也可以拍摄后在电脑上通过图像处理软件实现。

合成与创意

如果你希望实现更高层次的艺术追求，那么可以考虑参加一个图像处理的培训班，学习更多关于Photoshop或其他图像处理软件方面的操作技巧。使用数字图像合成技术，在画笔、图层、蒙版、透明度等强大工具及选项的帮助下，你可以创造出极其华丽与超现实的人像作品。下面是一些例子。

把这位漂亮的小公主几张照片合并在一起，可以得到一张宛若梦境的照片。

画面中的超级英雄和背景中的天空是分开拍摄，然后通过电脑后期合并在一起。

图像处理软件把一张拉链的照片和这位男孩的照片合并在了一起。

一张蛾子的照片和一位女士的面部合并在一起，达到了一种超现实的效果。

http://geshengyijiu.ctdisk.com

[General Information]
书名=巅峰摄影：完美人像这样拍
作者=（美）珍妮·比德纳著
页数=120
出版社=人民邮电出版社
出版日期=2010.06
SS号=12585221
DX号=000006911272
url=http://book2.duxiu.com/bookDetail.jsp?dxNumber=000006899772&d=35BA4361D74DB83ABF35DF9FCB1C1EBB&fenlei=10060206&sw=%B9%E2%C8%A6%D3%EB%BF%EC%C3%C5

http://geshengyijiu.ctdisk.com

封面
目录
在读本书之前，我们先想一下……
第一章　摄影基础
　卡片数码相机与数码单反相机
　如何端相机
　焦距
　对焦能力
　近距离摄影
　拍摄模式
　分辨率
　文件格式与图像质量
　感光度
　白平衡
第二章　人像摄影基础
　竖构图
　背景
　眼平原则
　打破眼平原则
　　到底要多低？
　　相机何时朝下
　　相机何时朝上
　镜头与机位
　变焦
　让内容充满画面
　大小关系
第三章　人像摄影的构图
　三等分构图法
　向内？向外？
　地平线
　有意倾斜画面
　其他类型的画面线条

http://geshengyijiu.ctdisk.com

控制背景
不仅仅是背景
什么是优秀的画面背景？
框架式构图
阴影
第四章　人像摄影的用光
软光与硬光
减少阴影
光斑
光线颜色
光线方向
面光
４５°斜侧光
侧光，面对相机
侧光，面对光源
侧逆光
逆光
逆光补光
底光
在室外使用阳光拍摄
第五章　闪光灯人像摄影
平方反比原则
使用小数码上的闪光灯进行拍摄
神奇的补光模式
反光板
强制闪光模式
夜景闪光模式
闪光与运动
什么时候需要使用闪光模式
高级小数码相机上的闪光模式
数码单反相机与闪光灯
数码单反相机上的闪光灯与模式选择

http://geshengyijiu.ctdisk.com

内置闪光灯
外接闪光灯
外接闪光灯的局限
第六章　人像摄影的风格
抓拍
生活写真
摆拍
躲猫猫
笑脸与苦脸
道具
布景
打破成规
拍摄婴幼儿的一些技巧
蹲下来
使用最为柔和的光线
打破眼平原则
背景选择
尺寸对比
对世界的好奇
使用曝光补偿
第七章　人物造型
躯干造型
手部造型
手持道具的造型
双人照造型
眼神交流
眼神方向
身高不均
合影
与宠物合影
蹲下来
抱起来

http://geshengyijiu.ctdisk.com

近一些
快一点
一堆宠物！
动物的喜好
单独拍摄宠物
第八章　数码单反相机的使用技巧
镜头
其他附加设备
手动对焦
曝光控制
光圈优先模式（A模式或A v模式）
快门优先模式（S模式或T v模式）
曝光补偿
手动模式（M模式）
第九章　图像处理软件
裁剪
自动调整工具
亮度/对比度
减淡与加深
修片
添加文字
移除红眼
锐化——最易被滥用的工具
色彩校正
风格模式
增加颜色或消去颜色
柔焦与虚焦
合成与创意

http://geshengyijiu.ctdisk.com